

# **EFEKTIVITAS MENDENGARKAN MUSIK KLASIK BAROK UNTUK MENINGKATKAN KECERDASAN EMOSI PADA REMAJA**

**SKRIPSI**



**Oleh:**

**Candra Dwi Wahzuni**

**201310230311286**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG**

**2017**

**MENINGKATKAN KECERDASAN EMOSI MELALUI TERAPI MUSIK  
KLASIK BAROK PADA REMAJA**

**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Universitas Muhammadiyah Malang Sebagai Salah Satu  
Persyaratan untuk Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi**

**Oleh :**

**Candra Dwi Wahzuni**

**201310230311286**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG**

**2017**

## KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirabbil'alamin puji syukur kehadiran Allah SWT penulis panjatkan atas rahmat dan hidayat yang telah diberikan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “meningkatkan kecerdasan emosi melalui tereapi musik klasik barok pada remaja” sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana psikologi di Universitas Muhammadiyah Malang. Shalawat serta salam tidak lupa penulis panjatkan semoga selalu tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW. Beliauulah yang telah memberikan petunjuk kepada seluruh umat manusia dari zaman jahiliyah menuju zaman yang penuh keberkahan.

Dalam penyusunan laporan skripsi ini, penulis banyak mendapatkan bimbingan, bantuan, dukungan serta doa dari berbagai pihak, sehingga penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dr. Iswinarti, M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang.
2. Ni'matuzahroh, S.Psi., M.Si dan Zainul Anwar S.Psi., M.Psi selaku pembimbing I dan pembimbing II yang telah sangat sabar meluangkan waktu dan pikiran untuk memberikan bimbingan dan arahan yang sangat bermanfaat, hingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
3. Siti Maimunah., S.Psi., MM., MA selaku dosen wali penulis yang telah mendukung dan memberi pengarahan sejak awal perkuliahan hingga selesainya skripsi ini.
4. Segenap Dosen Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang yang telah memberikan ilmu dan pengalaman sebagai pengetahuan baru bagi penulis.
5. Ayah dan Ibu, Iskak dan Sholikatun yang selalu menyelimkan nama penulis dalam setiap do'a-do'anya dan selalu memberikan dukungan penulis untuk tetap semangat dalam menuntut ilmu. Hal ini merupakan kekuatan terbesar bagi penulis untuk terus memiliki motivasi dalam perkuliahan dan proses skripsi ini.
6. Saudara-saudaraku tercinta, Feri Fatkurahman., SE dan Oliviyana Maulana Syafi'i dan seluruh keluarga besar yang selalu memberikan do'a dan dukungan kepada penulis.
7. SMAN 1 Plemahan, kepada Dra. Lilik Saptaningsih, M.M, Bapak dan Ibu guru yang selalu memberi motivasi dan telah mengizinkan serta membantu peneliti dalam melaksanakan penelitian serta teman-teman yang telah bersedia menjadi subjek penelitian.
8. Teman-temanku Delta, Yuyun, Aghata dan Febi yang telah banyak memberikan bantuan serta dukungan dan semangat kepada penulis selama penulis melaksanakan *study* hingga terlibat dalam proses turun lapang penulis. Semoga kalian segera mendapatkan gelar untuk pendidikan kalian.
9. Teman-teman Fakultas Psikologi khususnya angkatan tahun 2013 kelas D dan Aplikasi Psikologi di Sekolah Kelas B yang selalu memberikan semangat.
10. TU Fakultas Psikologi, kepada Bapak dan Ibu karyawan serta rekan-rekan *part time*, untuk setiap dukungannya selama ini.

11. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu-persatu, yang telah banyak memberikan bantuan pada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari tiada satupun karya manusia yang sempurna, sehingga kritik dan saran demi perbaikan karya ini dapat bermanfaat bagi peneliti khususnya dan pembaca pada umumnya.

Malang, 7 Maret 2017

Penulis

Candra Dwi Wahzuni



## DAFTAR ISI

<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>i</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>iii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>iv</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>v</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>vi</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>1</b>
<b>PENDAHULUAN .....</b>	<b>2</b>
Kecerdasan Emosi .....	6
Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecerdasan Emosi .....	7
Musik .....	7
Unsur-Unsur Musik.....	8
Musik Klasik Barok .....	9
Hubungan Musik Klasik Barok dan Kecerdasan Emosi .....	10
Hipotesis.....	13
<b>METODE PENELITIAN .....</b>	
Rancangan Penelitian .....	13
Subjek Penelitian.....	13
Variabel dan Instrumen Penelitian .....	13
Prosedur dan Analisa Data .....	15
<b>HASIL PENELITIAN .....</b>	<b>15</b>
<b>DISKUSI.....</b>	<b>17</b>
<b>SIMPULAN DAN IMPLIKASI .....</b>	<b>19</b>
<b>REFERENSI .....</b>	<b>20</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>23</b>

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Berpikir .....	12
-----------------------------------	----



## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Rancangan Penelitian .....	13
Tabel 2. Diskripsi Subjek .....	15
Tabel 3. Deskriptif Uji <i>Mann-Whitney</i> Data <i>Pre Test</i> Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol.....	15
Tabel 4. Deskriptif Uji <i>Wilcoxon</i> Data <i>Pre Test</i> dan <i>Post Test</i> pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol.....	16
Tabel 5. Deskriptif Uji <i>Mann-Whitney</i> Data <i>Pre Test</i> dan <i>Post Test</i> Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol.....	16



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas .....	24
Lampiran 2. Hasil <i>Screening</i> .....	32
Lampiran 3. Data <i>Pre-Test</i> dan Data <i>Post-Tes</i> .....	41
Lampiran 4. Hasil Uji Asumsi .....	54
Lampiran 5. Instrumen .....	59





# EFEKTIVITAS MENDENGARKAN MUSIK KLASIK BAROK UNTUK MENINGKATKAN KECERDASAN EMOSI PADA REMAJA

**Candra Dwi Wahzuni**

Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang

Email : [Candradwikirana@gmail.com](mailto:Candradwikirana@gmail.com)

Mendengarkan musik klasik barok dapat menyeimbangkan fungsi otak kanan dan otak kiri sehingga dapat menyeimbangkan aspek intelektual dan emosional. Kondisi seperti ini bermanfaat untuk remaja dalam membangun kecerdasan emosi. Kecerdasan emosi merupakan kemampuan individu untuk dapat mengenali perasaan sendiri dan orang lain, memotivasi diri, dan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri serta dalam hubungan dengan orang lain. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas musik klasik barok dalam meningkatkan kecerdasan emosi pada remaja. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuasi eksperimen dengan desain *pretest-posttest control group*, subjek dibagi menjadi dua kelompok dengan rincian kelompok eksperimen diperdengarkan musik klasik pada saat subjek melakukan kegiatan di dalam kelas dan kelompok kontrol tidak diperdengarkan musik klasik pada saat melakukan kegiatan yang sama. Subjek dalam penelitian ini adalah 60 remaja dengan kategori usia 16-18 tahun dan kategori kecerdasan emosi rendah dan sedang serta termasuk dalam pola pengasuhan otoriter. Data dianalisis dengan menggunakan *uji independent sampel t-test*. Dari hasil penelitian ini menyatakan bahwa musik klasik barok dapat meningkatkan kecerdasan emosi pada remaja.

Kata kunci : kecerdasan emosi, musik klasik, remaja

*Listening classical music baroque can balance right brain function and left brain so gets to balance intellectual aspect and emotional. Condition of as it utilitarian for adolescent deep build emotion intelligence. Emotion intelligence constitute individual ability for can recognize alone feel and other people, motivate self, and brings off emotion with every consideration on thyself and in connection with others. This research intent to determine effectiveness of baroque classical music in enhancing emotional intelligence on adolescents. Research method that is utilized is my method experiment attention by pretest posttest control group design, subjek is divided as two groups with details of experiment group sounded off by classical music upon subjek does activity at within class and control group be not been sounded off classical music upon do same activity. Subjek in observational it is 60 adolescent with age category 16-18 year and emotion intelligence categories contemn and be and include in authoritarian nurture patterns. Data analyzed by use of method independent sample t-test . Of this research result declares for that baroque's classical music can increase emotion intelligence on adolescent.*

*Key word: emotion intelligence, classical music, adolescent*

Masa remaja merupakan masa transisi dari perkembangan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa yang terjadi secara bertahap dan berbeda antara individu satu dengan yang lainnya serta berkembang dengan penuh ketidakpastian (Sprinthall & Collins, 1995). Pada masa ini remaja mengalami perubahan dalam hal fisik, psikis maupun sosial serta mempunyai ketidakstabilan dalam hal pengaturan emosi. Beberapa perubahan psikologis yang terjadi di antaranya adalah para remaja cenderung untuk resisten dengan segala peraturan yang membatasi kebebasannya. Remaja akan menghadapi berbagai persoalan dari lingkungan sosialnya. Persoalan yang begitu kompleks yang kebanyakan dialami oleh remaja akan membuat remaja mengharuskan bergabung dan dapat menyesuaikan lingkungan sosialnya. Banyak anak remaja dan anak dibawah umur sudah mengenal rokok, narkoba, *free sex*, tawuran, pencurian, dan terlibat banyak tindakan kriminal lainnya yang menyimpang dari norma-norma yang berlaku di masyarakat dan berurusan dengan hukum. Seperti halnya kejadian di Makasar seorang siswa Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) di Kota Makassar Sulawesi Selatan terpaksa digelandang ke kantor polisi usai dilaporkan oleh ibunya sendiri atas tindak penganiayaan. Siswa tersebut menganiaya ibunya karena di marahin ibunya ketika pulang larut malam dan memanjat jendela. Siswa tersebut dalam keadaan terpengaruh obat-obatan terlarang lantas melakukan pemukulan terhadap ibunya (Siswoyo, 2016)

Keefer, Holder dan Parker (2013) melakukan penilaian longitudinal mengenai sifat kecerdasan emosi sejak kecil hingga remaja dan menunjukkan adanya penurunan persepsi kecerdasan emosi selama masa remaja. Mappiare (1982) mengungkapkan bahwa remaja yang dapat mengontrol emosinya, akan lebih mampu menguasai emosi-emosi yang negatif, dan dapat membantu untuk menghadapi situasi yang berujung pada kebahagiaan bagi mereka. Selanjutnya Gottman (1977) mengungkapkan bahwa remaja yang dapat mengatur emosinya mereka akan menjadi lebih percaya diri dan lebih sehat secara fisik serta psikis dan cenderung akan menjadi orang yang sehat dalam hal emosi. Hasil penelitian Liu, Liang, Shi, Chen dan Zhu (2016) menunjukkan bahwa meningkatkan kecerdasan emosi merupakan perilaku yang penting terutama untuk laki-laki. Karena laki-laki yang memiliki kecerdasan emosi rendah lebih rentan terhadap hal yang negatif seperti penggunaan narkoba, konsumsi alkohol yang berlebihan, perilaku yang menyimpang dan hubungan yang buruk dengan teman-teman. Penelitian yang dilakukan oleh Rey dan Extremera (2016) menunjukkan bahwa orang yang mempunyai kecerdasan emosi tinggi mereka puas dengan kehidupan mereka karena mereka selalu mengalami hal yang menyenangkan atau mempunyai emosi yang positif dan jarang mengalami emosi yang negatif.

Goleman (2001) mengungkapkan bahwa kecerdasan emosional merupakan kemampuan untuk dapat mengenali perasaan kita sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri, dan kemampuan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri serta dalam hubungan dengan orang lain. Goleman (2001) membagi kecerdasan emosi dalam lima aspek yakni : aspek kesadaran diri; aspek pengelolaan diri; motivasi diri; empati dan keterampilan sosial. Salovey dan Mayer (2008) pertama kali memperkenalkan konsep *emotional intelegence* sebagai jenis kecerdasan sosial, dipisahkan dari kecerdasan umum. Menurut mereka, kecerdasan emosional adalah kemampuan untuk memonitor diri sendiri dan emosi orang lain, untuk membedakan antara mereka, dan menggunakan informasi tersebut untuk membimbing pemikiran dan tindakan seseorang. Salovey dan Mayer (2008) membagi aspek kecerdasan emosi dalam lima aspek yakni : kesadaran diri (*self awareness*); mengelola emosi (*managing*

*emotions*); memotivasi diri sendiri (*motivating oneself*); empati (*emphaty*); menjaga relasi (*handling relationship*).

Selanjutnya Salovey & Mayer (2008) memperluas model mereka dan didefinisikan kecerdasan emosional sebagai kemampuan individu untuk memahami secara akurat, menilai, dan mengekspresikan emosi; kemampuan untuk mengakses dan menghasilkan perasaan ketika mereka memfasilitasi pemikiran; kemampuan untuk memahami emosi dan pengetahuan emosional; dan kemampuan untuk mengatur emosi untuk meningkatkan pertumbuhan emosional dan intelektual. Peneliti melaksanakan kegiatan observasi dan wawancara pada siswa dan guru di SMK X. Hasil dari observasi dan wawancara peneliti yang dilakukan di SMK X yakni terutama pada anak-anak yang masuk jurusan *broadcasting* mereka mempunyai masalah yang beragam dengan pembelajaran di sekolah mulai dari mereka sering malas-malasan ketika mengikuti pelajaran hingga mereka pindah jurusan dan adapula yang keluar sekolah dengan alasan tidak suka atau tidak nyaman belajar di jurusan tersebut. Hal tersebut sesuai dengan aspek kesadaran diri yakni kemampuan untuk menyadari apa yang dirasakan. Mereka merasa bahwa jurusan yang mereka tekuni sekarang ini terlalu sulit bagi mereka.

Faktor keluarga yang *brokenhome* juga menyebabkan anak mengalami gangguan psikis dan akhirnya mereka malas untuk bersekolah, menjadi anak yang bandel, memakai obat-obatan terlarang (*napza*) dan adapula yang menjadi lebih menarik diri, sehingga hal tersebut mengganggu proses belajarnya di sekolah. Hal tersebut sesuai dengan aspek pengelolaan diri mereka tidak mampu dalam mengelola emosinya dan rangsangan dari dalam dirinya. Ketika mereka menghadapi masalah keluarga jadi menarik diri atau membrontak akibatnya ketika pembelajaran di kelas mereka kurang fokus. Hal tersebut menandakan bahwa siswa tersebut tidak dapat mengelola emosinya dengan baik. Penelitian yang dilakukan oleh Rutter (dalam Safaria, 2007) menunjukkan bahwa kematian orang tua, perceraian, hubungan kedua orang tua yang tidak harmonis, hubungan orang tua dan anak yang tidak sehat, suasana rumah tangga yang tegang, dan tanpa kehangatan, orang tua sibuk dan jarang di rumah, atau orang tua mempunyai kelainan kepribadian, dapat mendorong anak terjerumus dalam penyalahgunaan Napza.

Menurut guru di sekolah SMK X tersebut, para siswa susah untuk berkonsentrasi ketika sedang pembelajaran atau mereka sering mengabaikan pembelajaran dikarenakan mereka jenuh dengan lingkungan kelas dan jenuh terhadap materi yang di ajarkan guru di kelas sehingga siswa membutuhkan hal yang membuatnya untuk bersemangat dan termotivasi lagi dalam mengikuti pembelajaran. Hal tersebut sesuai dengan aspek motivasi diri yakni kemampuan untuk dapat bertahan dalam menghadapi kemunduran dan kegagalan. Mereka membutuhkan suatu dorongan atau motivasi agar mereka dapat bersemangat mengikuti pembelajaran di kelas. Dari uraian tersebut bisa diduga bahwa rendahnya kecerdasan emosional juga bisa berpengaruh terhadap perilaku agresif, hal ini disebabkan karena rendahnya tingkat kecerdasan emosional menjadikan mereka tidak mampu mengendalikan dorongan emosi dan tidak mampu menghargai atau berempati terhadap orang lain. Penelitian yang dilakukan oleh Zahara (2008) menunjukkan bahwa remaja yang mengikuti kegiatan ekstra kulikuler basket dapat mengenali emosinya sendiri, mengelola emosi, memotivasi diri, mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan dengan orang lain, sehingga dapat disimpulkan bahwa subjek memiliki kecerdasan emosional yang memadai. Pada penelitian ini terlihat bahwa faktor keluarga dan pendidikan sekolah mempengaruhi kecerdasan emosional

subjek. Setelah mengikuti kegiatan basket perkembangan emosional subjek menjadi lebih positif.

Selanjutnya Musbikin (2009) berpendapat bahwa mendengarkan musik dapat mengembangkan kecerdasan emosi dan inteligensi individu, karena musik memiliki irama dan nada-nada yang teratur. Musik memiliki 3 bagian penting yaitu beat, ritme, dan harmony. Beat mempengaruhi tubuh, ritme mempengaruhi jiwa, sedangkan harmony mempengaruhi roh. Sehingga ada musik yang membuat Anda gembira, sedih, terharu, terasa sunyi, semangat, mengingatkan masa lalu dan lain-lain. Tidak jarang lagi pengetahuan mengenai musik yang memengaruhi jiwa maupun kelakuan pendengar. Contoh paling nyata bahwa beat sangat mempengaruhi tubuh adalah dalam konser musik rock. Bisa dipastikan tidak ada penonton maupun pemain dalam konser musik rock yang tubuhnya tidak bergerak. Semuanya bergoyang dengan dahsyat, bahkan cenderung lepas kontrol. Kita masih ingat dengan “head banger”, suatu gerakan memutar-mutar kepala mengikuti irama music rock yang kencang. Dan tubuh itu mengikutinya seakan tanpa rasa lelah. Satu lagi peranan musik yang tidak bisa dipungkiri berpengaruh langsung pada otak kita. Pasti, ketika mendengar lagu-lagu yang pernah kita kenal, otak akan memutar semua memori yang ada.

Wangsa (dalam ellfira, 2015) mengungkapkan bahwa musik dapat menjadi alat bantu untuk mengembangkan kecerdasan manusia, yakni musik berpengaruh terhadap otak dan emosi manusia. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Hidayat (2011) menunjukkan bahwa musik klasik mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan daya tahan konsentrasi dalam belajar. Musik klasik mampu menciptakan suasana rileks sehingga penikmatnya dapat meningkatkan kemampuan dengan daya berkonsentrasi dengan baik. Grace Sudargo, seorang musisi dan pendidik mengatakan, “Dasar-dasar musik klasik secara umum berasal dari ritme denyut nadi manusia sehingga ia berperan besar dalam perkembangan otak, pembentukan jiwa, karakter, bahkan raga manusia”. Suatu jenis musik yaitu musik klasik yang mengandung komposisi nada berfluktuasi antara nada tinggi dan nada rendah akan merangsang kuadran C pada otak. Sampai usia 4 tahun, kuadran B dan C pada otak anak-anak akan berkembang hingga 80% dengan musik.

Menurut Campbell (dalam Setyaningsih, 2009) mengungkapkan bahwa mendengarkan musik klasik akan membantu, mengorganisasi pola tembakan neuron-neuron dalam konteks serebral, yaitu memperkuat proses-proses kreatif otak kanan yang berkaitan dengan penalaran ruang dan waktu. Korteks serebral merupakan struktur otak yang berevolusi paling akhir. Korteks serebral terlibat dalam persepsi, berbicara, tindakan-tindakan kompleks, berpikir, pemrosesan dan produksi bahasa. Hasil penelitian Herry Chunagi (1996), yang didasarkan atas teori neuron (sel konduktor pada sistem saraf), menjelaskan bahwa neuron akan menjadi sirkuit jika ada rangsangan musik, rangsangan yang berupa gerakan, elusan, suara mengakibatkan neuron yang terpisah bertautan dan mengintegrasikan diri dalam sirkuit otak. Semakin banyak rangsangan musik diberikan akan semakin kompleks jalinan antar neuron itu. Itulah sebenarnya dasar adanya kemampuan matematika, logika, bahasa, musik, dan emosi pada anak.

Griffith seorang ahli fisiologi (dalam Amiyakun, 2015) mengungkapkan bahwa musik klasik juga dapat memberikan rangsangan yang nantinya akan menghasilkan efek mental dan fisik, yaitu antara lain dapat memperlambat dan menyeimbangkan

gelombang otak, musik mempengaruhi pernafasan, musik mempengaruhi denyut jantung, nadi dan tekanan darah, musik mempengaruhi suhu badan, musik dapat mengatur hormon-hormon yang berkaitan dengan stres, musik mengubah persepsi kita akan waktu serta musik dapat meningkatkan daya tahan tubuh. Menurut Tim DeWeese yang dikutip oleh Stephanie Merritt (dalam Septyaningsih, 2009) mengungkapkan bahwa musik klasik ini terutama membantu dalam mengelola stres, mengembalikan motivasi, inspirasi, kedamaian, imajinasi, sekaligus memberikan pencerahan secara spiritual. Jenis musik klasik dibedakan berdasarkan zamannya, antara lain adalah zaman barok, zaman klasik, zaman *romantic*, dan zaman impresionis. Dari hasil uraian diatas peneliti ingin melakukan penelitian yang bertujuan untuk meningkatkan kecerdasan emosi melalui iringan musik klasik.

Para ahli Neurobiologi, Gordon Shaw dan Xiaodan Lang, pada tahun 1988 melakukan percobaan mengenai pengaruh musik pada otak. Mereka mencoba pada model aktivitas otak pada komputer di University of California. Dalam stimulasi pada sel-sel saraf yaitu menggunakan cara menghubungkan satu sel dengan sel lainnya. Hasil yang ditemukan adalah bahwa hubungan antar sel cenderung mengadopsi pola tertentu. Shaw menduga bahwa pola-pola tersebut membentuk dasar pertukaran aktivitas mental. Selanjutnya untuk dapat mengetahui lebih lanjut, mereka melakukan perubahan pada *output* stimulasi mereka dari cetakan konvensional menjadi suara. Hasilnya, pola-pola irama yang terdengar agak mirip dengan karakteristik musik pada zaman barok Lerch (dalam Hidayat, 2011). Musik barok merupakan musik klasik barat yang digubah pada zaman baroque, yaitu antara tahun 1600-1700. Barok mempunyai arti mutiara yang tidak berbentuk. Arti tersebut menggambarkan arsitektur musik yang abstrak. Pada era ini musik klasik barok disebut era musik klasik Eropa.

Musik barok yang paling dikenal adalah musik klasik karya Bach. Karena musik yang diciptakannya mampu membawa gelombang otak ke kondisi beta maupun alfa Gunawan (dalam Hidayat, 2011). Gelombang otak yang berada pada frekuensi gelombang beta yaitu 12-25 Hz, merupakan kondisi yang sangat baik untuk melakukan aktivitas yang menuntut konsentrasi tinggi. Sedangkan frekuensi gelombang alfa berkisar antara 8-12 Hz, sangat baik untuk melakukan aktivitas belajar Gunawan (dalam Hidayat, 2011). Penelitian tentang penggunaan musik klasik seperti musik barok, dapat menunjukkan bahwa jenis musik barok tersebut dapat membuat anak-anak berkonsentrasi, dan membuat memori mereka meningkat hingga 26%. Musik barok merangsang kedua belahan otak yaitu kanan dan kiri, dan juga membantu untuk mengembangkan konsentrasi Cagla (dalam Hidayat, 2011). Senada dengan pernyataan O'Donnell (dalam Hidayat, 2011) mengungkapkan bahwa musik klasik pada periode barok dapat mempengaruhi denyut jantung dan laju tekanan darah menjadi santai dengan ketukan musik, tubuh menjadi rileks dan waspada, sehingga pikiran mampu lebih mudah berkonsentrasi. Musik mempunyai frekuensi dimana saat terjadi kesamaan frekuensi, individu akan merasa nyaman dan dapat belajar dengan lebih baik, pada kondisi seperti itu individu dapat dikatakan pada keadaan rileks namun waspada.

Berdasarkan uraian diatas, dapat dirumuskan masalah yang akan diangkat dalam penelitian ini adalah meningkatkan kecerdasan emosi melalui terapi musik klasik barok pada remaja. Tujuan penelitian ini yaitu mengetahui pengaruh musik klasik untuk meningkatkan kecerdasan emosi pada remaja. Manfaat penelitian ini yaitu memberikan masukan bagi remaja mengenai pentingnya meningkatkan kecerdasan emosi sebagai

salah satu faktor yang dapat menentukan kesuksesan dalam hidup. Secara umum manfaat dari penelitian ini adalah memberikan informasi mengenai pengaruh karakter musik klasik barok terhadap kecerdasan emosi.

### **Kecerdasan Emosi**

Istilah kecerdasan emosional pertama kali dikenal secara luas pada pertengahan tahun 1990. Kecerdasan emosi secara kontemporer dapat dipahami sebagai kecerdasan memahami diri (*knowing self*) dalam rangka mengidentifikasi serta mengatur segala emosi untuk membangun nilai diri (*personal values*) serta meningkatkan kesadaran diri (*self awareness*) Kecerdasan atau inteligensi merupakan satu kata yang menyatakan suatu konsep. Menurut Goleman (2001), kecerdasan emosional atau *Emotional Intelligence* merujuk kepada kemampuan mengenali perasaan kita sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri, dan kemampuan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri dan dalam hubungan dengan orang lain. Goleman (2001) membagi kecerdasan emosi kedalam 5 aspek yaitu :

1. Pengenalan diri (*self-awareness*). Kemampuan untuk menyadari apa yang dirasakan
2. Mengelola emosi atau pengendalian diri (*self regulations*). Mengelola perasaan secara tepat merupakan kemampuan yang diperlukan untuk mengendalikan diri.
3. Motivasi diri (*motivating ownself*).Kemampuan untuk bertahan dalam menghadapi kemunduran dan kegagalan.
4. Mengenali emosi orang lain atau empati (*Empathy*).Kemampuan untuk merasakan bagaimana perasaan orang lain.
5. Membina hubungan atau ketrampilan sosial (*social skills*). Kemampuan untuk menangani emosi orang lain.

Salovey dan Mayer (2008) mengungkapkan bahwa kecerdasan emosional diartikan sebagai suatu kemampuan yang menunjukkan bagaimana seseorang secara efektif mampu berhadapan emosi baik dari dalam dirinya maupun orang lain. Sehingga kecerdasan emosional merupakan kemampuan untuk memahami apa yang dirasakan oleh diri sendiri maupun memahami apa yang dirasakan oleh orang lain. Salovey & Mayer (2008), mengungkapkan terdapat lima aspek dalam kecerdasan emosi yaitu:

1. Kesadaran diri (*self awareness*)  
Meliputi kemampuan mengobservasi dan mengenali perasaan yang dimiliki oleh diri sendiri.
2. Mengelola emosi (*managing emotions*)  
Yaitu kemampuan dalam mengelola emosi, baik emosi yang menyenangkan ataupun emosi tidak menyenangkan, secara akurat dan dapat memahami alasan dibalik timbulnya sebuah emosi dengan baik.
3. Memotivasi diri sendiri (*motivating oneself*)  
Merupakan kemampuan seseorang dalam mengendalikan emosi guna mendukung pencapaian tujuan pribadi.
4. Empati (*emphaty*)  
Adalah suatu kemampuan seseorang untuk dapat mengelola sensitifitas, dapat menempatkan diri pada sudut pandang orang lain dan juga dapat menghargainya.

5. Menjaga relasi (*handling relationship*)  
Merupakan kemampuan berinteraksi dan menjaga hubungan sehat dengan orang lain.

### **Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecerdasan Emosi**

Goleman (2001) mengungkapkan bahwa ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kecerdasan emosi seseorang, yaitu faktor yang bersifat bawaan atau genetik (tempramen), faktor yang berasal dari lingkungan keluarga (cara asuh orang tua) dan faktor pendidikan emosi yang diperoleh siswa di sekolah dan masyarakat. Sedangkan menurut Priatini (2008) faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional, yaitu:

- a. Tipe pengasuhan  
Tipe pengasuhan pelatih emosi berpengaruh terhadap kecerdasan emosional pada remaja. Orang tua yang menerapkan tipe pengasuhan pelatih emosi, akan mempunyai anak remaja yang cerdas secara emosional.
- b. Disiplin  
Kecerdasan emosional dipengaruhi pula oleh disiplin di sekolah. Semakin baik tingkat disiplin remaja di lingkungan sekolah, maka semakin baik pula tingkat kecerdasan emosional peserta didiknya. Remaja yang disiplin mencerminkan perilaku yang mempunyai kecerdasan emosional yang baik.
- c. Pembelajaran emosional di sekolah  
Sekolah yang memberikan pembelajaran tentang emosi yang baik akan menghasilkan siswa yang mempunyai kecerdasan emosional yang baik pula. Pembelajaran emosional di sekolah bukan hanya pada aspek kognitif saja, namun pembelajaran secara afektif dan psikomotorik juga berpengaruh terhadap pengembangan kecerdasan emosional siswa di sekolah.
- d. Fungsi komparasi sosial dengan teman sebaya  
Pengaruh teman sebaya sangat kuat pada masa remaja, maka teman sebaya yang mempunyai kecerdasan emosional yang baik, menjadi model dan sumber informasi yang baik pula bagi remaja.

### **Musik**

Susantina (dalam Hidayat, 2004) mengungkapkan bahwa musik mampu mengungkapkan suatu hal yang tidak bisa di ekspresikan dengan kata-kata maupun jenis lainnya. Menurutnya musik akan lebih mampu dan ekspresif untuk mengungkapkan perasaan dari bahasa baik tulisan maupun lisan. Musik merupakan media hiburan bagi seluruh masyarakat dengan mendengarkan musik mereka akan terhibur. Sebagian orang tua yang tidak mengetahui akan efek musik bagi anak, menyadari bahwa menciptakan musik adalah hal yang baik. Penciptaan musik adalah kombinasi ekspresi diri, disiplin, kegembiraan dan juga kemampuan bekerja dengan orang lain secara positif. Musik sangat penting untuk meningkatkan kemampuan mental, menggambarkan kemampuan koordinasi tingkat tinggi, menciptakan bermacam-macam kemampuan sosial, memunculkan kreatifitas dan menambah kepercayaan diri.

Penelitian yang dilakukan oleh Muis dan Setyaningsih (2009) setelah melakukan perlakuan kombinasi musik klasik dan latihan relaksasi, siswa yang sebelumnya memiliki tingkat stres tinggi, kini tingkat stresnya menjadi turun. Berarti siswa telah mengalami

penurunan tingkat stres. Jadi dapat ditarik kesimpulan bahwa penerapan kombinasi musik klasik dan latihan relaksasi efektif untuk menurunkan stres. Musik adalah wadah yang sempurna untuk belajar dan setiap anak perlu mengalami sendiri kesenangan yang dapat dihadirkan oleh musik. Namun dalam pendidikan musik, harus dijauhkan dari lagu-lagu yang kandungan liriknya dapat melemahkan jiwa serta menimbulkan nafsu buruk. Musik yang menanamkan perasaan yang lembut dalam jiwa manusia, secara tidak langsung berpengaruh pada perkembangan jaman dan kemajuan teknologi, Serta ilmu pengetahuan sebagai faktor utama yang membuat musik menjadi dinamis. Musik merupakan Ilmu dan seni dari kombinasi ritmis nada-nada, vokal maupun instrumental, yang melibatkan melodi dan harmoni untuk mengekspresikan apa saja yang memungkinkan, khususnya yang bersifat emosional (Muttaqin, 2008).

### Unsur-Unsur Musik

Unsur-unsur musik secara umum menurut Soedarsono (dalam Setyaningsih, 2009) adalah sebagai berikut:

- a. Suara  
Menurut Djohan, 2006 Suara merupakan perubahan getaran udara. Dalam musik gelombang suara biasanya dibahas tidak dalam panjang gelombangnya maupun periodenya, melainkan dalam frekuensinya. Aspek-aspek dasar suara dalam musik dijelaskan dalam tala (tinggi nada), durasi (beberapa lama suara ada), intensitas dan timbre (warna bunyi).
- b. Nada  
Nada merupakan pembagian suara ke dalam frekuensi tertentu. Suara dapat dibagi-bagi ke dalam nada yang memiliki tinggi nada tertentu menurut frekuensinya ataupun menurut jarak relatif tinggi nada tersebut terhadap tinggi nada patokan. Nada dapat diatur dalam tangga nada yang berbeda-beda, tangga nada yang paling lazim adalah tangga nada mayor, tangga nada minor dan tangga nada pentatonik.
- c. Ritme atau Irama  
Ritme adalah pengaturan bunyi dalam waktu. Irama merupakan pembagian kelompok ketukan dalam waktu. Tanda irama menunjukkan jumlah ketukan dalam birama dan not mana yang dihitung dan dianggap sebagai satu ketukan. Menurut Plato (Rahmawati, 2005) irama merupakan suatu ketertiban terhadap gerakan melodi dan harmoni atau suatu ketertiban terhadap tinggi rendahnya nada-nada.
- d. Melodi  
Melodi merupakan serangkaian nada dalam waktu. Rangkaian tersebut dapat dibunyikan sendiri yaitu tanpa iringan atau dapat merupakan bagian dari rangkaian akord dalam waktu.
- e. Harmoni  
Harmoni adalah peristiwa dua atau lebih nada dengan tinggi berbeda yang dibunyikan bersamaan, harmoni juga dapat terjadi bila nada-nada tersebut dibunyikan berurutan. Harmoni yang terdiri dari tiga atau lebih nada yang dibunyikan bersamaan disebut *accord* (akord).
- f. Notasi  
Notasi musik merupakan penggambaran tertulis atas musik. Dalam notasi balok, tinggi nada digambarkan secara vertikal sedangkan waktu digambarkan secara horizontal.



## Musik Klasik Barok

Musik klasik adalah komposisi musik yang lahir dari budaya Eropa sekitar tahun 1750-1825. Biasanya musik klasik digolongkan melalui periodisasi tertentu, mulai dari periode klasik, diikuti oleh barok, rokoko, dan romantik. Pada era inilah nama-nama besar seperti Bach, Mozart, atau Haydn melahirkan karyakaryanya yang berupa sonata, simfoni, konserto solo, string kuartet, hingga opera (Mcneill, 2008). Selain itu musik klasik juga diartikan sebagai semua musik dengan keindahan intelektual yang tinggi dari semua zaman, baik itu berupa simfoni Mozart, kantata Bach atau karya-karya abad 20. Istilah “keindahan intelektual” itu sendiri memiliki pengertian yang relatif bagi setiap orang. Apabila lebih banyak menikmati elemen intelektual dalam pengertian melodi, harmoni, atau aspek komposisi lainnya, maka jadilah ia musik klasik (Sheppard, 2005).

Ciri-ciri musik klasik (Mcneill, 1998) adalah: Menggunakan peralihan dinamika dari lembut sampai keras (*crescendo*) dan dari keras menjadi lembut (*decrssendo*); Perubahan-perubahan tempo dengan percepatan (*accelerando*) dan perlambatan (*ritardando*); Hiasan atau ornamentik diperhemat pemakaiannya; Pemakaian akord 3 nada. Musik barok adalah musik klasik barat yang digubah pada zaman baroque, kira-kira antara tahun 1600 dan 1750. Sebenarnya, kata “barok” itu berarti “mutiara yang tidak berbentuk wajar”, sangat sesuai dengan seni dan perancangan bangunan pada era ini. Musik barok yang paling dikenal adalah musik klasik karya Bach. Karena musik yang diciptakannya mampu membawa gelombang otak ke kondisi beta maupun alfa (Gunawan, 2007).

Gelombang otak yang berada pada frekuensi gelombang beta yaitu 12-25 Hz, merupakan kondisi yang sangat baik untuk melakukan aktivitas yang menuntut konsentrasi tinggi. Sedangkan frekuensi gelombang alfa berkisar antara 8-12 Hz, sangat baik untuk melakukan aktivitas belajar (Gunawan, 2007). Dominasi dari musik klasik dalam era ini menyebabkan era baroque juga disebut sebagai era musik klasik Eropa. Para komposer terbaik dari dunia musik klasik Eropa sangat berjaya di era ini. Beberapa komponis zaman barok adalah Claudio Monteverdi, Henry Purcell, Johann Sebastian Bach, Jean-Philippe Rameau, George Frideric Handel, dan Antonio Vivaldi. Musik barok mempunyai ciri-ciri : melodi yang cenderung lincah; banyak menggunakan ornamen; ada dinamik keras dan lunak; harmoni dua nada atau lebih berbunyi bergantian. Musik klasik pada umumnya ditandai oleh kesinambungan yang mengalir, kejernihan dan keseimbangan sedangkan jenis musik klasik barok mempunyai dinamika suara yang tidak terlalu kontras maka musik klasik tersebut ditandai oleh aksentuasi dan dinamika yang bisa berubah secara tiba-tiba dan mengejutkan sehingga iramanya tidak monoton. Penelitian yang dilakukan oleh Lazanov (dalam Sitinjak, 2016) menunjukkan bahwa musik klasik barok mampu merilekskan gelombang otak, menstabilkan mental, fisik dan emosi seseorang sehingga seseorang dapat masuk dalam keadaan relaksasi dan membuka pikiran terhadap informasi yang masuk.

## **Hubungan Musik Klasik Barok dan Kecerdasan Emosi**

Kecerdasan emosi merupakan kemampuan individu untuk memahami secara akurat, menilai, dan mengekspresikan emosi; kemampuan untuk mengakses dan menghasilkan perasaan ketika mereka memfasilitasi pemikiran; kemampuan untuk memahami emosi dan pengetahuan emosional; dan kemampuan untuk mengatur emosi untuk meningkatkan pertumbuhan emosional dan intelektual (Salovy dan Mayer, 2008). Adapun aspek kecerdasan emosi menurut Goleman (2000) yakni: Pengenalan diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain atau empati dan membina hubungan atau keterampilan sosial. Kurang fokusnya siswa dalam menerima pembelajaran di sekolah juga dikarenakan faktor dari lingkungan keluarga yang kurang mendukung dan motivasi dari pengajar serta metode pembelajaran yang membuat siswa jenuh. Hal tersebut menjadikan siswa malas untuk menerima pembelajaran di kelas dan siswa sering bolos sekolah bahkan ada beberapa yang berhenti sekolah.

Emosi merupakan perpaduan dari beberapa perasaan yang mempunyai intensitas yang relative tinggi, dan menimbulkan suatu gejolak suasana batin yang dihayati seseorang pada suatu hal tertentu (Muna, 2008). Sedangkan Goleman (dalam Muna, 2008) mendefinisikan emosi sebagai suatu perasaan dan pikiran khas, suatu keadaan biologis dan psikologis, dan serangkaian kecerdasan untuk bertindak. Kecerdasan emosi memiliki peranan yang sangat penting dalam pengaturan diri siswa dalam proses pembelajaran di sekolah. Siswa yang cerdas secara emosi lebih mudah untuk menerima pembelajaran di kelas dengan baik serta metode pembelajaran juga sangat mempengaruhi motivasi siswa dalam proses pembelajaran. Perasaan emosional dipengaruhi oleh sistem neurology yang timbul dari kegiatan sirkuit saraf. Interaksi pada saraf yang mengendalikan menjadi karakteristik semua proses sistem emosional yang utama pada otak adalah beberapa rangsangan sensorik tanpa syarat dapat mengakses sistem emosional, tetapi sebagian besar input perkembangan yang dipelajari sistem emosional dapat mempromosikan output tindakan naluri yang koheren, serta memodulasi input sensorik.

Sistem emotional memiliki komponen umpan balik positif yang dapat mempertahankan gairah emosional. Sistem ini juga dapat dipengaruhi oleh masukan kognitif dan dapat memodifikasi untuk menyalurkan kegiatan kognitif (Lewis, Jones & Barrett, 2008). Sedangkan dengan mendengarkan iringan musik klasik mampu untuk mengelola emosi, baik emosi yang menyenangkan ataupun emosi tidak menyenangkan, secara akurat dan dapat memahami alasan dibalik timbulnya sebuah emosi dengan baik dan juga dapat memotivasi diri sendiri yaitu kemampuan seseorang dalam mengendalikan emosi guna mendukung pencapaian tujuan pribadi.

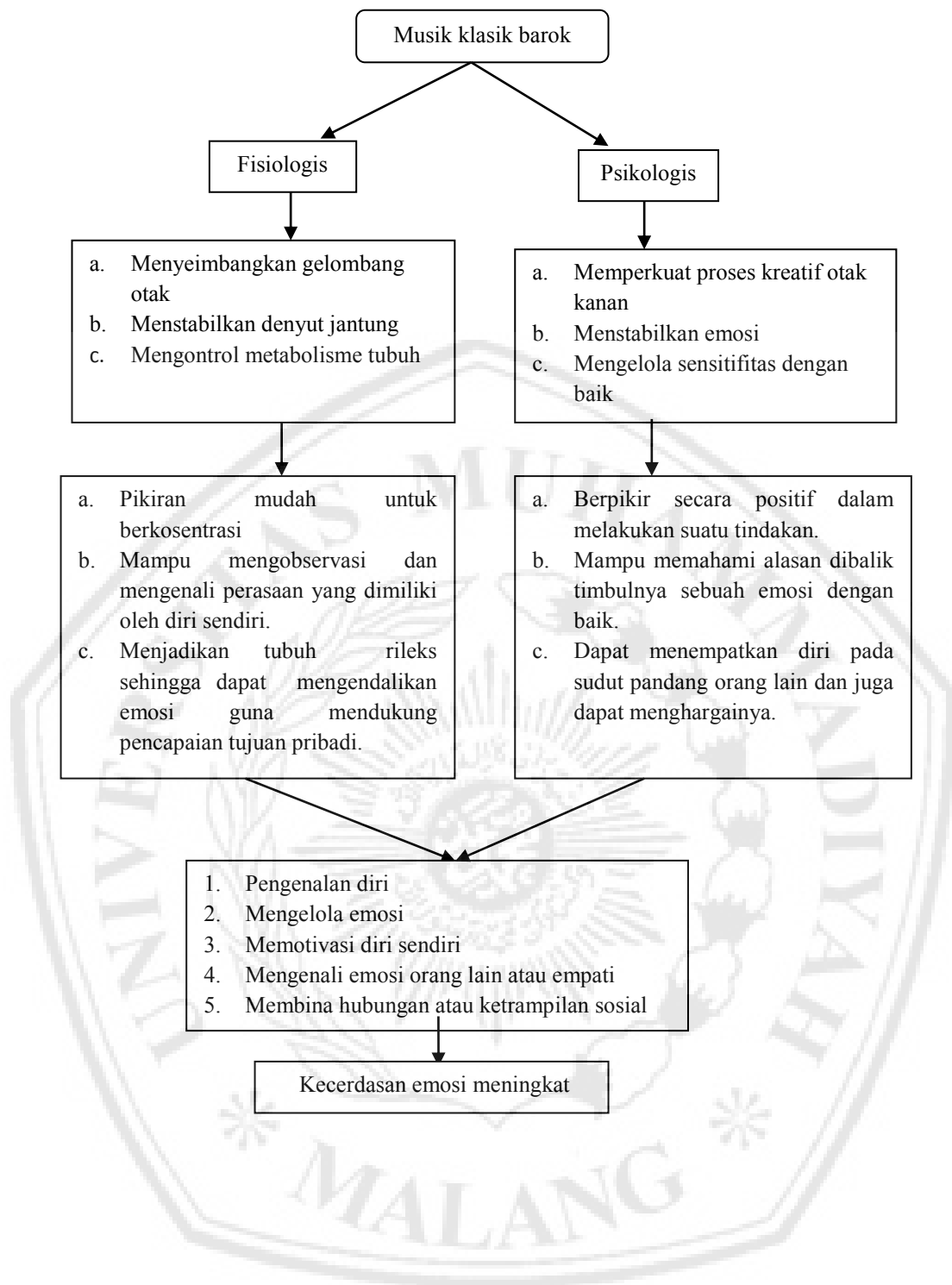
Dulewicz (dalam John, 2011) menyatakan bahwa kecerdasan emosional yaitu bagaimana seseorang dapat mengetahui apa yang dirasakan dan mampu memotivasi diri sendiri untuk bisa melakukan tugas-tugas dengan lebih baik sehingga akan mampu menjalin hubungan yang lebih baik dengan pihak lain. Misalnya seseorang yang sedang marah maka kemarahan itu mampu dikendalikan secara baik tanpa harus menimbulkan akibat yang akhirnya disesali di kemudian hari. Terapi utama untuk mengembangkan kemampuan tertentu pada diri seseorang bisa melalui iringan musik, Selain dapat

mempengaruhi suasana hati, musik ini diketahui memiliki kekuatan yang amat mengagumkan, yang dapat membuat seseorang merasa sedih, gembira, dan mengalami berbagai permasalahan emosi lainnya (Muis & Setyaningsih, 2009). Musik yang dapat digunakan sebagai penunjang pengendalian emosi adalah musik klasik.

Menurut Campbell (dalam Setyaningsih, 2009) mengungkapkan bahwa mendengarkan musik klasik akan membantu, mengorganisasi pola tembakan neuron-neuron dalam konteks serebral, yaitu memperkuat proses-proses kreatif otak kanan yang berkaitan dengan penalaran ruang dan waktu. Korteks serebral merupakan struktur otak yang berevolusi paling akhir. Korteks serebral terlibat dalam persepsi, berbicara, tindakan-tindakan kompleks, berpikir, pemrosesan dan produksi bahasa. Hal tersebut dapat menjadikan individu berpikir positif dalam melakukan suatu tindakan, menjadikan emosi lebih stabil sehingga mampu memahami alasan dibalik timbulnya sebuah emosi dengan baik serta mampu untuk merasakan bagaimana perasaan orang lain agar dapat berinteraksi dan menjaga hubungan sehat dengan orang lain.

Musik masuk melalui telinga, menggetarkan gendang telinga, mengguncang cairan di telinga dalam serta menggetarkan sel-sel berambut di dalam koklea dan diteruskan ke saraf koklearis menuju ke otak, yang berhubungan dengan perilaku emosional seperti sistem limbik yang berhubungan dengan sistem otonom. Dengan mendengarkan musik sistem limbik teraktivasi dan individu pun menjadi rileks sehingga tekanan darah menurun. O'Donnell (dalam Hidayat, 2011) mengungkapkan bahwa musik klasik pada periode barok dapat mempengaruhi denyut jantung dan laju tekanan darah menjadi santai dengan ketukan musik, tubuh menjadi rileks dan waspada sehingga dapat mengendalikan emosi dan pikiran untuk lebih mudah berkonsentrasi.

Musik mempunyai frekuensi dimana saat terjadi kesamaan frekuensi, individu akan merasa nyaman dan dapat belajar dengan lebih baik, pada kondisi seperti itu individu dapat dikatakan pada keadaan rileks namun waspada. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Ngalifah (2010) menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan musik terhadap kecerdasan emosional anak kelompok A di TK Kartika IV-9 Surabaya. Senada dengan penelitian yang dilakukan oleh Hidayat (2011) menunjukkan bahwa musik klasik mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan daya tahan konsentrasi dalam belajar pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau angkatan 2010. Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Muis dan Setyaningsih (2009) setelah melakukan perlakuan kombinasi musik klasik dan latihan relaksasi, siswa yang sebelumnya memiliki tingkat stres tinggi, kini tingkat stresnya menjadi turun. Berarti siswa telah mengalami penurunan tingkat stres. Jadi dapat ditarik kesimpulan bahwa penerapan kombinasi musik klasik dan latihan relaksasi efektif untuk menurunkan stres. Kesimpulan di atas dapat di rumuskan dalam bentuk gambar berikut:



**Gambar 1. Kerangka Berpikir**

## Hipotesis

Musik klasik barok dapat meningkatkan kecerdasan emosi pada remaja

## METODE PENELITIAN

### Rancangan Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen kuasi dengan menggunakan *pretest-posttest control group design*. Penelitian eksperimen kuasi merupakan jenis penelitian yang mirip dengan penelitian eksperimental tetapi tidak memiliki karakteristik utama penelitian eksperimental, yaitu manipulasi terhadap variabel bebas kontrol yang ketat terhadap variabel sekunder dan randomisasi untuk memasukkan subjek-subjek ke dalam kelompok-kelompok penelitian (Seniati, 2011). Pada penelitian ini peneliti menggunakan musik klasik barok sebagai metode intervensi penelitian dengan tujuan untuk meningkatkan kecerdasan emosi pada remaja. Adapun simbol dari penelitian *pretest-posttest control group design* digambarkan sebagai berikut:

**Tabel 1. Rancangan Penelitian**

Kelompok	Rancangan Penelitian
KE	$O_1 \rightarrow X \rightarrow O_2$
KK	$O_1 \rightarrow \rightarrow O_2$

Keterangan :

$O_1$  = pengukuran/observasi sebelum perlakuan/intervensi

X = perlakuan/intervensi

$O_2$  = pengukuran/observasi setelah perlakuan/intervensi

### Subjek Penelitian

Subjek penelitian adalah remaja yang terdiri dari laki-laki dan perempuan dengan usia antara 16-18 tahun dengan kategori kecerdasan emosi rendah dan sedang serta termasuk ke dalam pengasuhan otoriter. Subjek yang terlibat dalam penelitian ini berjumlah 78 orang. Setelah dilakukan proses *screening* dengan menyebarkan skala kecerdasan emosi dan skala pola asuh otoriter kepada subjek terpilih 60 orang yang menjadi subjek penelitian dan selanjutnya peneliti membagi 30 orang sebagai kelompok eksperimen dan 30 orang sebagai kelompok kontrol.

### Variabel dan Instrumen Penelitian

Penelitian ini menggunakan dua variabel yaitu variabel bebas (X) dan variabel terikat (Y). Variabel bebas dalam penelitian ini adalah musik klasik barok sedangkan variabel terikat dalam penelitian ini adalah kecerdasan emosi. Musik klasik barok adalah musik klasik yang mampu merilekskan gelombang otak, menstabilkan mental, fisik dan emosi seseorang sehingga seseorang dapat masuk dalam keadaan relaksasi. Musik klasik barok tersebut di perdengarkan kepada subjek sebanyak 2 kali dengan durasi waktu 20 menit

ketika subjek sedang mengerjakan tugas di ruang kelas. Sedangkan Kecerdasan emosi merupakan kemampuan individu untuk dapat mengenali perasaan sendiri dan orang lain, memotivasi diri, dan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri serta dalam hubungan dengan orang lain yang dapat dinilai dari aspek kesadaran diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, empati dan menjaga relasi.

Instrumen yang digunakan untuk penelitian ini berupa skala *likert* untuk melihat sejauh mana musik klasik barok dapat meningkatkan kecerdasan emosi pada remaja. Pengukuran ini dilakukan dengan mengumpulkan skor hasil skala kecerdasan emosional pada remaja sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post-test*) pada proses intervensi. Penyusunan skala ini berdasarkan pada aspek-aspek kecerdasan emosional yang dikemukakan oleh Goleman (2000). Data penelitian ini diperoleh dari instrumen penelitian dengan menggunakan skala *likert* kecerdasan emosional yang diadaptasi dari skripsi Hermansanti (2009) yang terdiri dari 38 item yang berbentuk item *favorabel* dan tidak *favorabel*, dengan menggunakan 4 alternatif pilihan jawaban yaitu : Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS) dan Sangat Tidak Setuju (STS).

Skala tersebut sudah diketahui reliabilitasnya sebesar 0,888; hasil tersebut menunjukkan bahwa skala kecerdasan emosi tersebut dikatakan reliabel, karena  $r \text{ alpha} > 0,60$ . Kemudian setelah di uji cobakan dan telah melalui tahap seleksi item. Skala kecerdasan emosi kini memiliki 29 item yang valid dan 9 item lainnya yang tidak valid sehingga harus dibuang karena berada di bawah 0,3. Hasil uji reliabilitas yang didapatkan peneliti yaitu sebesar 0,900. Jadi dari hasil tersebut dapat dikatakan reliabel dan dapat digunakan sebagai alat ukur saat pengambilan data di lapangan. Selain itu, instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu berupa modul “Meningkatkan Kecerdasan Emosi Melalui Musik Klasik Barok” yang sudah di lakukan uji coba dengan mendapatkan hasil untuk kategori sangat baik 52%; baik 42%; cukup 6%; kurang 0% dan sangat kurang 0%.

### **Prosedur dan Analisan Data**

Secara umum prosedur penelitian yang dilakukan, yaitu :

Persiapan, tahap persiapan dimulai dari peneliti melakukan pendalaman materi yang terkait dengan variabel bebas dan variabel terikat sehingga tersusun menjadi sebuah proposal. Kemudian peneliti melakukan uji coba modul dan mendapatkan hasil bahwa modul tersebut layak untuk diaplikasikan. Selanjutnya peneliti mencari skala yang telah diuji validitas dan reabilitas oleh peneliti sebelumnya. Skala yang digunakan adalah skala kecerdasan emosional yang diadaptasi dari skripsi Hermansanti (2009). Kemudian peneliti melakukan uji coba skala kepada 50 subjek. Setelah itu peneliti melakukan *screening* guna mencari subjek yang sesuai dengan karakteristik subjek yang akan diteliti. Selanjutnya peneliti membagi subjek kedalam 2 kelompok yakni kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Kemudian masing-masing kelompok subjek diberikan *pre tes* dengan menggunakan skala kecerdasan emosi yang sudah diketahui reliabilitasnya kemudian pada subjek kelompok eksperimen di berikan perlakuan berupa iringan musik klasik barok pada saat mengikuti pembelajaran di kelas selama 2 kali dengan durasi waktu masing-masing 20 menit. Pemberian musik klasik yang pertama yakni hari senin, 13 Februari 2017 dengan durasi waktu awalnya 20 menit. Selanjutnya, diperdengarkan lagi pada hari kamis, 17 Februari 2017 selama 20 menit.

Tahap selanjutnya pada subjek kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah diberikan perlakuan kemudian diberikan *post tes* untuk mengukur apakah ada peningkatan setelah adanya perlakuan. Proses eksperimen berakhir pada proses *feed back*, yaitu peneliti melakukan berbagai peninjauan pada subjek pasca eksperimen. Pada tahap terakhir peneliti melakukan analisa data yaitu menganalisa hasil keseluruhan dari proses intervensi. Teknis analisa data dalam penelitian ini meliputi data hasil *pre-test* dan *post-test* di input dan diolah menggunakan program *SPSS for windows 21*, dengan menggunakan analisis data nonparametrik *wilcoxon* dan *maan-whitney* untuk masing-masing kelompok. Selanjutnya peneliti membahas seluruh hasil analisa tersebut dengan data penunjang hasil *feed back* dari subjek penelitian.

## HASIL PENELITIAN

Setelah penelitian ini dilakukan, diperoleh hasil yang akan dipaparkan dengan tabel-tabel berikut. Berikut ini adalah tabel yang menjelaskan mengenai deskripsi subjek yang berpartisipasi dalam penelitian dan terdiri dari kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

**Tabel 2. Deskripsi Subjek**

Usia	Kategori	Kelompok Eksperimen	Kelompok Kontrol
Jenis kelamin	Remaja	16-17 tahun	-18 tahun
	Laki-laki	18 orang	17 orang
	Perempuan	12 orang	13 orang

Berdasarkan tabel 2, terlihat bahwa total keseluruhan subjek pada kedua kelompok baik kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol dalam kondisi tingkat kecerdasan emosi sedang dan rendah berdasarkan norma kelompok. Masing-masing kelompok terdiri dari remaja laki-laki sebanyak 18 orang untuk kelompok eksperimen dan 17 orang untuk kelompok kontrol sedangkan untuk remaja perempuan 12 orang untuk kelompok eksperimen dan 13 orang untuk kelompok kontrol.

Peneliti kemudian menganalisis skor kecerdasan emosi pada kedua kelompok sebelum diberi perlakuan berupa iringan musik klasik barok dengan menggunakan uji *Mann-Whitney* untuk melihat kesetaraan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

**Tabel 3. Deskriptif Uji Mann-Whitney Data Pre Test Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol.**

Kelompok	N	Z	P
Eksperimen	30	-1.568	0.117
Kontrol	30		

Berdasarkan uji analisis *Mann-Whitney* pada tabel 3, diperoleh hasil  $p > 0.05$  ( $p = 0.117$ ). Hasil tersebut menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan pada skor F & T pada kedua kelompok. Sehingga dapat disimpulkan bahwa kondisi kedua kelompok dalam keadaan yang setara saat sebelum diberikan perlakuan berupa iringan musik klasik barok. Langkah selanjutnya adalah gambaran tingkat kecerdasan emosional pada kedua kelompok di kedua kondisi yang berbeda yaitu *pre test* dan *post test*.

**Tabel 4. Deskriptif Uji Wilcoxon Data Pre Test dan Post Test pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol.**

Kelompok	N	Rata- rata skor F & T		Z	P
		<u>Pre-test</u>	<u>Post-test</u>		
Eksperimen	30	79.07	91.20	-4.786	0.000
Kontrol	30	81.20	84.50	-2.729	0.006

Berdasarkan hasil uji analisis wilcoxon yang terdapat pada tabel 4 diperoleh nilai  $p < 0.05$  ( $p = 0.000$ ), sehingga diputuskan adanya perbedaan yang sangat signifikan pada skor F & T sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post test*) diberikan perlakuan pada kelompok eksperimen. Sedangkan pada kelompok kontrol diperoleh nilai  $p < 0.05$  ( $p = 0.006$ ) yang menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan pada skor F & T.

Langkah selanjutnya yang dilakukan peneliti adalah analisis uji *Mann-Whitney* yang bertujuan untuk melihat perbedaan skor F & T kelompok eksperimen yang dibandingkan dengan kelompok kontrol, setelah diberikan perlakuan berupa iringan musik klasik barok. Nilai yang digunakan adalah selisih skor kecerdasan emosi saat *pre-test* dan *post-test* (*gain score*). Berikut merupakan tabel deskriptif hasil uji *Mann-Whitney*.

**Tabel 5. Deskriptif Uji Mann-Whitney Data Pre Test dan Post Test Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol.**

Kelompok	N	Z	P
Eksperimen	30	-5.088	0.000
Kontrol	30		

Berdasarkan uji *Mann-Whitney* yang terdapat pada tabel 5 di peroleh nilai  $p < 0.05$  ( $p = 0.000$ ), sehingga dapat dibuktikan terdapat perbedaan skor F & T yang sangat signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah diberikan perlakuan berupa iringan musik klasik. Hal ini menunjukan bahwa skor F & T pada kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan dengan mendengarkan iringan musik klasik barok lebih tinggi jika dibandingkan dengan kelompok kontrol.

Berdasarkan hasil analisis yang telah dipaparkan, dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang diajukan oleh peneliti dalam penelitian ini dapat diterima yaitu musik klasik barok



dapat meningkatkan kecerdasan emosi pada remaja. Hasil menunjukkan bahwa tingkat kecerdasan emosi kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol.

## DISKUSI

Penelitian ini menunjukkan bahwa remaja yang mendengarkan musik klasik barok mengalami peningkatan kecerdasan emosi. Hal ini dibuktikan dengan adanya perbedaan tingkat kecerdasan emosi pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah diberi perlakuan (*post test*), meskipun kondisi kedua kelompok sebelum perlakuan (*pre-test*) adalah setara atau dalam keadaan tingkat kecerdasan emosi rendah dan sedang. Hipotesis yang diajukan pada penelitian yang dilakukan dapat diterima karena hasil dari uji *Mann-Whitney* dan *Wilcoxon* menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang sangat signifikan antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen  $Z = -5.088$ ,  $p = 0.000$ . dengan demikian, diketahui bahwa musik klasik barok dapat meningkatkan kecerdasan emosi pada remaja. Hal ini menunjukkan bahwa remaja yang diberi perlakuan berupa diperdengarkannya musik klasik barok kecerdasan emosinya meningkat dibanding remaja yang tidak diperdengarkan musik klasik barok. Musik klasik barok merupakan musik yang memiliki irama ketukan yang hampir sama dengan detak jantung manusia dalam keadaan normal. Musik barok mampu merilekskan gelombang otak pada keadaan alfa, yaitu keadaan dimana seseorang dalam kondisi rileks tapi waspada dan mampu menyeimbangkan otak kiri dan kanan sehingga proses penyerapan informasi meningkat. Mendengarkan musik barok mampu menyelaraskan tubuh dan otak, terutama membuka kunci emosional untuk memori super, yaitu sistem limbik otak (Drayden & Baiquni, 2004).

Sebelumnya juga telah dilakukan penelitian oleh Ionescu & Natasa (2015) yakni dengan melihat hubungan antara gaya musik favorit, tingkat kecerdasan emosi dan ciri-ciri kepribadian pada remaja hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa adanya hubungan antara kecerdasan emosi remaja dan ciri-ciri kepribadian tertentu menurut genre musik yang disukai. Remaja yang mendengarkan musik pop, mampu merasakan emosi mereka dan mampu mengelolanya dalam memecahkan berbagai masalah pribadi dengan tekun, serius, bertanggung jawab dan kepedulian terhadap perasaan orang di sekitar mereka. sedangkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti menggunakan terapi musik klasik barok pada remaja.

Langkah-langkah dalam pemberian musik klasik barok dalam penelitian ini yaitu tahap pertama peneliti menyiapkan ruangan yang telah tertata rapi dan menyiapkan alat perlengkapan, berupa musik dan *sound system*. Peneliti menggunakan musik klasik barok dengan tempo 70-80 bpm. Selain itu peneliti juga menggunakan *speaker* untuk digunakan pada saat proses eksperimen yang telah tersedia di ruang kelas. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah remaja yang berusia 16-18 tahun. karena perkembangan dimasa remaja diwarnai oleh interaksi antara faktor-faktor genetik, biologis, lingkungan dan sosial. Cara berpikir remaja menjadi lebih abstrak dan idealistik. Hall (dalam Santrock, 2011) mengemukakan bahwa masa remaja merupakan masa bergolak yang diwarnai oleh konflik dan perubahan suasana hati (*mood*). Pada masa remaja otak juga mengalami perkembangan. Charles nelson (dalam Santrock, 2011) menyatakan bahwa remaja mampu mengalami emosi yang sangat kuat, korteks prefrontal mereka belum cukup berkembang sehingga memungkinkan mereka untuk mengendalikan keinginan tersebut. Seolah-olah otak mereka belum memiliki rem untuk

memperlambat emosinya. Misalkan apabila remaja menyikapi emosi dengan cara yang sehat dan sampai pada suatu jalur yang positif untuk diikuti dalam kehidupan, maka, remaja tersebut memiliki kecerdasan emosi yang tinggi, sedangkan remaja yang mengalami emosi yang negatif mereka cenderung mempunyai kecerdasan emosi rendah. Dari pernyataan tersebut diketahui bahwa remaja yang mempunyai kecerdasan emosi yang rendah tidak dapat mengatur emosinya dengan baik dalam berbagai hal seperti mengisolasi diri dari kawan sebaya dan keluarga, menarik diri atau terlibat dalam kenakalan remaja dan penyalahgunaan narkoba.

Penelitian ini dilakukan dengan melibatkan 30 subjek eksperimen dan subjek penelitian yang sesuai dengan kriteria penelitian. Hal ini dikarenakan untuk membuktikan hipotesis peneliti maka dilakukan penelitian dengan memberikan perlakuan kepada kelompok eksperimen. Hasil analisa data dengan menggunakan uji *Mann-Whitney* dan *Wilcoxon* diketahui bahwa terapi musik klasik barok dapat meningkatkan kecerdasan emosi. Sebelum pengambilan sampel, dilakukan beberapa proses di awal sebagai kontrol terhadap karakteristik subjek. Proses dalam menjaring sampel pada penelitian ini melalui hasil *screening* dengan menggunakan alat ukur berupa skala kecerdasan emosi dan skala pola asuh otoriter sebagai dasar penentuan sampel dengan melibatkan 78 subjek. Setelah dilakukan *screening* hanya terdapat 60 subjek yang masuk dalam kategori kecerdasan emosi rendah dan sedang serta pola asuh yang otoriter. Dari 60 subjek di bagi atas kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Selanjutnya peneliti memberikan instruksi mengenai tujuan dari penelitian. Setelah itu peneliti memutar musik klasik barok dengan menggunakan *sound system* pada saat subjek yang sedang berada di dalam ruangan kelas dengan kondisi kelas yang kurang kondusif (ramai) dan sedang mengerjakan tugas. Musik diputar pertama selama 10 menit lalu di jeda selama 15 menit untuk melihat kondisi subjek tanpa musik, setelah itu musik dinyalakan lagi selama 10 menit. Kegiatan terapi tersebut dilakukan selama 2 kali dalam selang waktu 3 hari dan di akhiri dengan pemberian *post test* pada masing-masing subjek dalam kelompok untuk mengukur pengaruh musik klasik barok terhadap kecerdasan emosi pada remaja. Kemudian peneliti melakukan *feed back* kepada subjek untuk mengetahui tanggapan dari subjek ketika diperdengarkan musik klasik barok.

Penelitian yang dilakukan oleh Hallam (2011) menunjukkan bahwa musik dapat mempengaruhi perkembangan bahasa, pengenalan huruf, berhitung, langkah-langkah kecerdasan, pencapaian umum, kreativitas, motorik halus koordinasi, konsentrasi, rasa percaya diri, kepekaan emosional, keterampilan sosial, kerja tim, disiplin mandiri, dan relaksasi. Oleh karena itu dalam pemberian iringan musik klasik barok mampu meningkatkan kecerdasan emosi pada subjek. Tidak hanya dengan musik, namun kecerdasan emosi juga dapat ditingkatkan melalui beberapa faktor diantaranya adalah faktor tipe pengasuhan, disiplin, pembelajaran emosional di sekolah dan fungsi komparasi sosial dengan teman sebaya (Priatini, 2008). Dari perlakuan yang diberikan kepada subjek penelitian dengan memberikan iringan musik klasik barok diperoleh gambaran bahwa sebelum diperdengarkan musik klasik kepada subjek suasana di dalam kelas ramai dan siswa keluar masuk kelas. Namun ketika musik tersebut dinyalakan subjek masuk kelas dan bersikap lebih tenang di dalam kelas. Tidak hanya itu, dari *feedback* yang dilakukan hampir semua subjek mengungkapkan bahwa dengan diperdengarkannya musik klasik barok pada saat di dalam ruangan kelas subjek merasa lebih santai dan rileks serta dapat mengendalikan emosinya.

Dengan berbagai hal positif yang telah dijelaskan dalam penelitian ini, bukan berarti penelitian ini tidak memiliki hambatan. Adapun hambatan yang terdapat dalam penelitian ini adalah mengenai selang waktu dalam pemberian perlakuan berupa iringan musik klasik barok. Pada modul seharusnya pemberian perlakuan dalam selang waktu 7 hari dengan 2 kali perlakuan, namun karena subjek harus mengikuti ulangan harian jadi selang waktu pemberian perlakuan hanya 3 hari. Pemberian musik klasik barok diperdengarkan ketika subjek sedang mengikuti kegiatan praktikum, pada saat pemberian perlakuan guru yang seharusnya memberikan materi pada subjek sedang berhalangan hadir. Sehingga pengkondisian kelas dirubah yakni dengan cara peneliti meminta siswa mengerjakan buku lembar kerja siswa pada materi pembelajaran tersebut.

### **SIMPULAN DAN IMPLIKASI**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang sangat signifikan mengenai peningkatan kecerdasan emosi pada kelompok kontrol dan kelompok eksperimen dengan nilai  $Z = -5.088$  dan  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ). Penelitian ini membuktikan bahwa pemberian terapi musik klasik barok mampu meningkatkan kecerdasan emosi pada remaja. Adapun implikasi dari penelitian ini adalah bagi remaja yang terbiasa mendengarkan musik ketika sedang belajar, disarankan mendengarkan musik-musik yang memiliki tempo yang rendah dan *pitch* menengah antara 70-80 bpm (bit per menit), berupa musik instrumental yang tidak memiliki kata-kata atau lirik lagu, dan bukan merupakan musik instrumental yang berasal dari lagu yang mempunyai lirik, serta berirama yang teratur seperti musik klasik barok. Bagi peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian dengan tema yang sama yakni terapi musik klasik, disarankan untuk dilakukan pada anak yang mengalami gangguan emosi dan perilaku.

## REFERENSI

- Amiyakun., & Ferawati. (2015). Pengaruh pemberian terapi musik terhadap penurunan kecemasan dan tingkat stress mahasiswa semester VII ilmu keperawatan dalam menghadapi skripsi di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Insan Cendekia Husada Bojonegoro. *Jurnal Jumakia*, 1, 1-9.
- Chugani, H. (1996). Etiologic classification of infantile spasms in 140 cases: role of positron emission tomography. *Journal of Child Neurology*, 11, 8-44.
- Elfira, S. (2015). *Hubungan karakter musik klasik dan pop-jazz dengan kecerdasan emosi (eq) mahasiswa jurusan musik institut seni indonesia Yogyakarta*. Skripsi: Jurusan Musik, Fakultas Seni Pertunjukan, Universitas Seni Indonesia Yogyakarta.
- Gunawan., & Adi., W. (2007). *Genius learning strategy*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama
- Goleman, D. (2001). *Kecerdasan emosi untuk mencapai puncak prestasi*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Gottman, J. (1977). *Children's friendships in school settings*. In L.G. Katz (Ed.). *current topics in early childhood education*, Vol. 1, Hillsdale, NJ, McGraw-Hill.
- Hallam, S. (2011). The power of music: Its impact on the intellectual, social and personal development of children and young people. *Journal of music education*, 28 (3), 269-289
- Hidayat, S (2011). *Pengaruh musik klasik terhadap daya tahan konsentrasi dalam belajar*. Skripsi : Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
- Ionescu., & Natasa. (2014). Favorite musical styles, emotional intelligence and adolescent personality. *Journal of procedia social and behavioral sciences*, 187, 83-87.
- John, D. C. (2011, February). *Emotional intelligence and its role in collaboration*. Proceedings of ASBBS 18 (1). Annual Conference American Society of Business and Behavioral Sciences, Las Vegas.
- Keefer., Holder., & Parker. (2013). Longitudinal assessment of trait emotional intelligence: measurement invariance and construct continuity from late childhood to adolescence. *Journal of Psychological Assessment*. 4, 1255-1272.
- Latifatunnisak. (2013). *Pengembangan kecerdasan emosional dalam pembelajaran pendidikan agama islam siswa kelas VIII Madrasah Tsanawiyah Negeri Godean*. Skripsi: Jurusan Pendidikan Agama Islam, Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

- Lewis, M., Haviland-Jones, J. M., & Barrett, L. F. (Eds.). (2008). [Handbook of emotions](#), 3rd Edition. New York: Guilford.
- Liu., Liang., Shi., Chen., & Zhu. (2016). Mediating effect of self-efficacy in relationship between emotional intelligence and clinical communication competency of nurses. *International Journal Of Nursing Sciences*. 3, 162-168.
- Mappiare. (1982). *Psikologi remaja*. Surabaya : Usaha Nasional.
- Mcneill., & Rhoderick. (2008). *Sejarah musik 2*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Muna.,& Naela. (2008). *Pengaruh kecerdasan emosional dan kecerdasan spritual terhadap penyesuaian diri dengan lingkungan kampus pada mahasiswa semester III jurusan tarbiyah STAIN Cirebon*. Skripsi: Program Pasca Sarjana, Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri Cirebon.
- Muis, T., & Setyaningsih. (2009). *Pengaruh penerapan kombinasi musik klasik dan latihan relaksasi untuk menurunkan stres pada siswa kelas XI IPA 2 SMA Intensif Taruna Pembangunan Surabaya*. Skripsi: Psikologi Universitas Negeri Surabaya.
- Musbikin., I. (2009). *Kehebatan musik untuk mengasah kecerdasan anak: mengenal cara kerja dan pengaruh musik untuk kehebatan anak anda*. Yogyakarta: Power Books Publishing
- Modassir, A. (2008). Relationship of emotional intelligence with transformational leadership and organizational citizenship behavior. *International Journal of Leadership Studies*, 4, 3-21.
- Muttaqin., & Kustap. (2008). *Seni musik klasik jilid 2 untuk SMK*. Jakarta: Direktorat Pembinaan Sekolah Menengah Kejuruan, Direktorat Jendral Manajemen Pendidikan Dasar dan Menengah, Departemen Pendidikan Nasional.
- Ngalifah, S. (2010). *Pengaruh musik klasik terhadap kecerdasan emosional anak di TK kemala bhayangkari 06 Glodong Tirtomartani Kalasan Sleman Yogyakarta tahun ajaran 2009/2010*. Skripsi: Fakultas Tarbiyah Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
- Paisal., & Anggraini, S. (2010). Pengaruh kecerdasan emosional dan kecerdasan spritual terhadap kinerja karyawan pada Inpp-lia Palembang. *Jurnal Orasi Bisnis*. Staf Pengajar Politeknik Negeri Sriwijaya.
- Priatini., Latifah., & Guhardjah. (2008). Pengaruh tipe pengasuhan, lingkungan sekolah dan peran teman sebaya terhadap kecerdasan emosional remaja. *Jurnal ilmu keluarga dan konsumen*, 1, 43-53.
- Rey., & Extremera. (2016). Ability emotional intelligence and life satisfaction: positive and negative affect as mediators. *Journal Personality And Individual Differences*, 102, 98-101.

- Rahmawati., & Yeni. (2005). *Musik sebagai pembentuk budi pekerti*. Yogyakarta: Panduan.
- Safaria, T. (2007). Kecenderungan penyalahgunaan NAPZA ditinjau dari tingkat religiusitas regulasi emosi, motif berprestasi, harga diri, keharmonisan keluarga dan pengaruh negatif teman sebaya. *Jurnal Humanitas*, 4 (1), 89 - 101
- Salovey, Mayer., & Caruso. (2008). Emotional intelligence. *Journal of American Psychological Association*, 6, 503–517.
- Santrock, J. W. (2011). *Life-span development: perkembangan masa hidup, jilid 1 edisi ketigabelas*. Jakarta: Erlangga
- Seniati, L., Yulianto, A., & Setiadi. (2011). *Psikologi eksperimen*. Jakarta: Indeks.
- Septiyaningtiyas, R. (2014). *Pengaruh kecerdasan emosi terhadap penyesuaian sosial siswa kelas V SD se-gugus Puren Condong Catur Depok Sleman Yogyakarta tahun ajaran 2013/2014*. Skripsi: Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta.
- Sheppard., & Philip. (2005). *Music makes your children smarter*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Siswoyo. (2016, Agustus). *Kesal dimarahi, remaja aniaya ibu*. Diakses pada Desember 22, 2016 dari <http://nasional.news.viva.co.id/news/read/809561>.
- Sitinjak. (2016). *Perbedaan pengaruh musik baroque dan jazz pada prestasi belajar mahasiswa dengan gaya belajar auditori*. Skripsi: Fakultas Psikologi, Universitas Sanata Dharma Yogyakarta.
- Sprinthall, N.A., & Collins, W.A. (1995). *Adolescent Psychology: A Development View*. New York: McGraw-Hill.
- Zahara, A. (2008). Kecerdasan emosional pada remaja yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga basket. Diakses 27 Januari 2017, dari <http://www.gunadarma.ac.id/library/articles/graduate/psychology>.



# **Lampiran**



# **Lampiran 1**

## **Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas**



**Lampiran 1.1. Hasil Validitas dan Reliabilitas Skala Kecerdasan Emosi  
Sebelum dilakukan Uji Coba**

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	50	100,0
	Excluded <sup>a</sup>	0	,0
	Total	50	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
,900	,901	38

**Summary Item Statistics**

	Mean	Minimum	Maximum	Range	Maximum / Minimum	Variance	N of Items
Item Means	3,164	2,320	3,600	1,280	1,552	,100	38
Item Variances	,579	,240	1,073	,833	4,463	,087	38
Inter-Item Covariances	,110	-,150	,873	1,023	-5,810	,016	38
Inter-Item Correlations	,194	-,305	,893	1,198	-2,927	,030	38

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
item_1	117,30	160,663	,613	.	,893
item_2	117,06	164,792	,565	.	,895
item_3	116,82	171,008	,431	.	,897
item_4	116,82	171,947	,337	.	,898

item_5	117,36	174,317	,074	.	,904
item_6	117,44	158,660	,674	.	,892
item_7	117,30	162,745	,528	.	,895
item_8	117,54	166,376	,406	.	,897
item_9	117,22	165,032	,480	.	,896
item_10	116,76	174,227	,213	.	,899
item_11	116,84	173,811	,253	.	,899
item_12	116,78	170,910	,470	.	,897
item_13	117,36	166,643	,400	.	,898
item_14	117,06	166,547	,463	.	,896
item_15	116,76	175,125	,146	.	,900
item_16	116,62	170,567	,430	.	,897
item_17	116,76	173,166	,251	.	,899
item_18	116,70	170,378	,468	.	,897
item_19	117,18	166,600	,483	.	,896
item_20	116,84	171,607	,391	.	,898
item_21	116,82	173,253	,249	.	,899
item_22	117,30	164,092	,539	.	,895
item_23	117,60	169,592	,270	.	,900
item_24	117,08	162,442	,690	.	,893
item_25	116,86	171,021	,438	.	,897
item_26	116,90	169,357	,499	.	,896
item_27	116,74	170,564	,424	.	,897
item_28	116,76	173,860	,221	.	,899
item_29	117,06	173,813	,180	.	,900
item_30	117,70	167,357	,388	.	,898
item_31	117,90	167,316	,357	.	,898
item_32	117,24	162,676	,627	.	,894
item_33	116,98	166,347	,485	.	,896
item_34	117,28	161,675	,564	.	,894
item_35	116,88	171,047	,339	.	,898
item_36	116,78	171,073	,392	.	,898
item_37	117,06	163,282	,640	.	,893
item_38	116,68	171,569	,417	.	,897

**Scale Statistics**

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
120,22	177,318	13,316	38

## Lampiran 1.2. Hasil Skala Kecerdasan Emosi Setelah Dilakukan Uji Coba

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	50	100,0
	Excluded <sup>a</sup>	0	,0
	Total	50	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
,900	,901	38

**Summary Item Statistics**

	Mean	Minimum	Maximum	Range	Maximum / Minimum	Variance	N of Items
Item Means	3,137	2,320	3,600	1,280	1,552	,102	29
Item Variances	,618	,251	1,073	,822	4,268	,082	29
Inter-Item Covariances	,155	-,096	,873	,969	-9,059	,018	29
Inter-Item Correlations	,255	-,135	,893	1,027	-6,626	,027	29

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
item_1	88,04	128,529	,619	.	,901
item_2	87,80	131,959	,588	.	,901
item_3	87,56	138,170	,415	.	,905
item_4	87,56	138,578	,354	.	,905
item_6	88,18	126,640	,684	.	,899

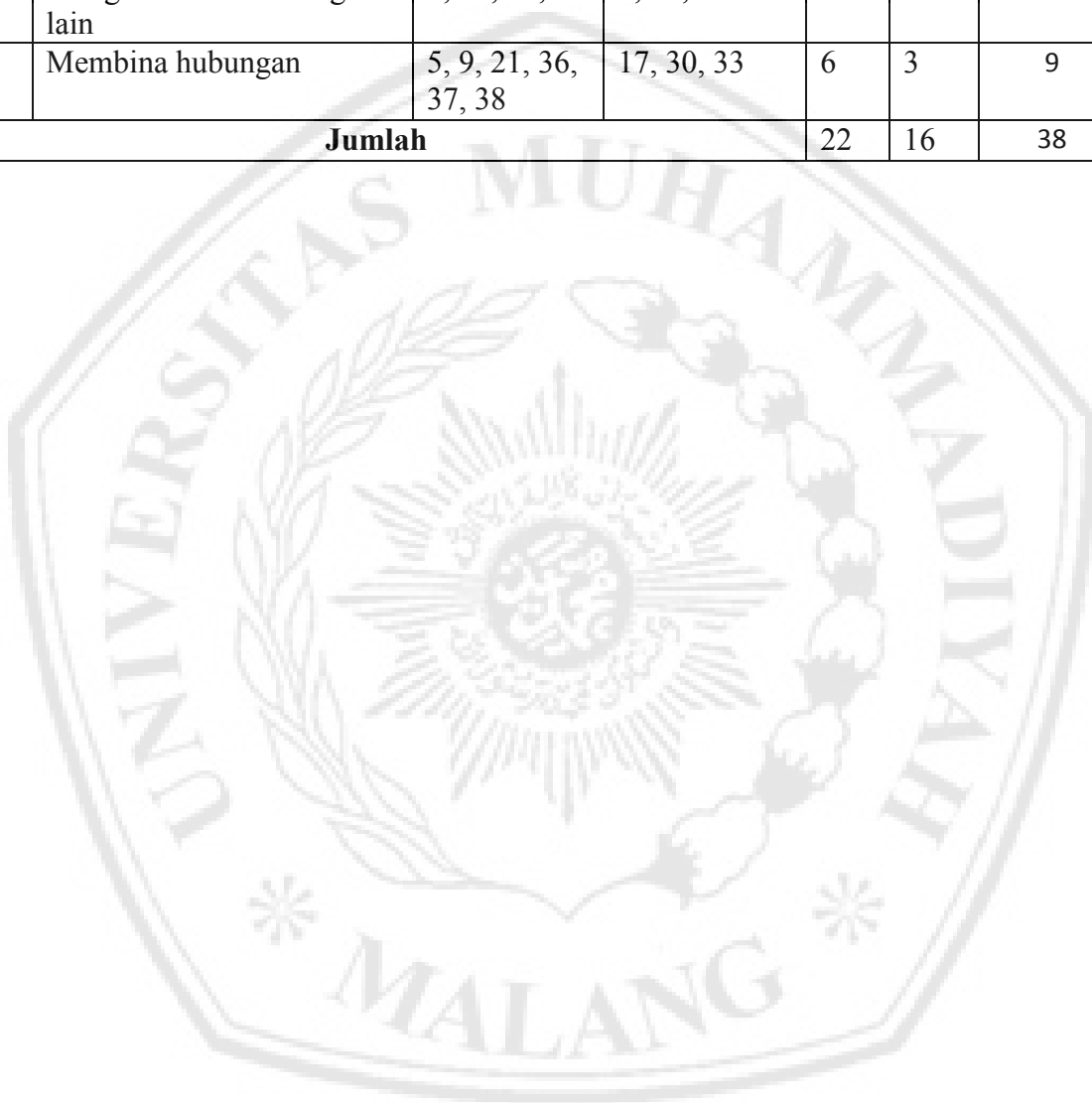
item_7	88,04	130,162	,544	.	,902
item_8	88,28	134,491	,372	.	,906
item_9	87,96	132,692	,475	.	,904
item_12	87,52	138,214	,442	.	,904
item_13	88,10	134,378	,382	.	,906
item_14	87,80	133,633	,479	.	,903
item_16	87,36	138,153	,386	.	,905
item_18	87,44	137,680	,447	.	,904
item_19	87,92	133,749	,497	.	,903
item_20	87,58	138,657	,379	.	,905
item_22	88,04	131,182	,567	.	,902
item_24	87,82	130,191	,695	.	,899
item_25	87,60	137,959	,441	.	,904
item_26	87,64	136,684	,484	.	,904
item_27	87,48	138,377	,363	.	,905
item_30	88,44	134,415	,400	.	,905
item_31	88,64	133,990	,385	.	,906
item_32	87,98	129,898	,657	.	,900
item_33	87,72	134,083	,468	.	,904
item_34	88,02	128,918	,593	.	,901
item_35	87,62	138,159	,328	.	,906
item_36	87,52	138,296	,372	.	,905
item_37	87,80	130,816	,652	.	,900
item_38	87,42	138,412	,423	.	,905

**Scale Statistics**

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
90,96	143,672	11,986	29

**Lampiran 1.3. *Blue Print* Skala Kecerdasan Emosi Sebelum Uji Coba**

No	Aspek	Favorable	Unfavorabel	Jumlah		Jumlah
				F	UF	
1	Mengenali emosi diri	1, 26, 28	6, 13, 22, 31	3	4	7
2	Mengelola emosi	2, 11, 18, 27, 34	7, 14, 23	5	3	8
3	Memotivasi diri sendiri	3, 10, 19, 35	15, 24, 32	4	3	7
4	Mengenali emosi orang lain	4, 12, 20, 29	8, 16, 25	4	3	7
5	Membina hubungan	5, 9, 21, 36, 37, 38	17, 30, 33	6	3	9
<b>Jumlah</b>				22	16	38



**Lampiran 1.4 Distribusi Butir Item Valid dan Gugur Skala Kecerdasan Emosi pada Remaja**

No	Komponen	Favourable		Unfavourable		Jumlah	
		Valid	Gugur	Valid	Gugur	Valid	Gugur
1	Mengenali emosi diri	1, 26	28	6, 13, 22, 31		6	1
2	Mengelola emosi	2, 18, 27, 34	11	7, 14	23	6	2
3	Memotivasi diri sendiri	3, 19, 35	10	24, 32	15	5	2
4	Mengenali emosi orang lain	4, 12, 20	29	8, 16, 25		6	1
5	Membina hubungan	9, 37, 36, 38	21, 5	30, 33	17	6	3
<b>Jumlah</b>		16	6	13	3	29	9



**Lampiran 1.5. Distribusi Item Skala Kecerdasan Emosi Setelah Uji Coba**

No	Komponen	No item		Jumlah		Jumlah
		F	UF	F	UF	
1	Mengenali emosi diri	1, 19	5, 10, 16, 22	2	4	6
2	Mengelola emosi	2, 13, 20, 25	6, 11, 23	4	3	7
3	Memotivasi diri sendiri	3, 14, 26	17	3	1	4
4	Mengenali emosi orang lain	4, 9, 15	7, 12, 18,	3	3	6
5	Membina hubungan	8, 27, 28, 29	21, 24	4	2	6
<b>Jumlah</b>				16	13	29





# Lampiran 2

## Hasil *Screening*

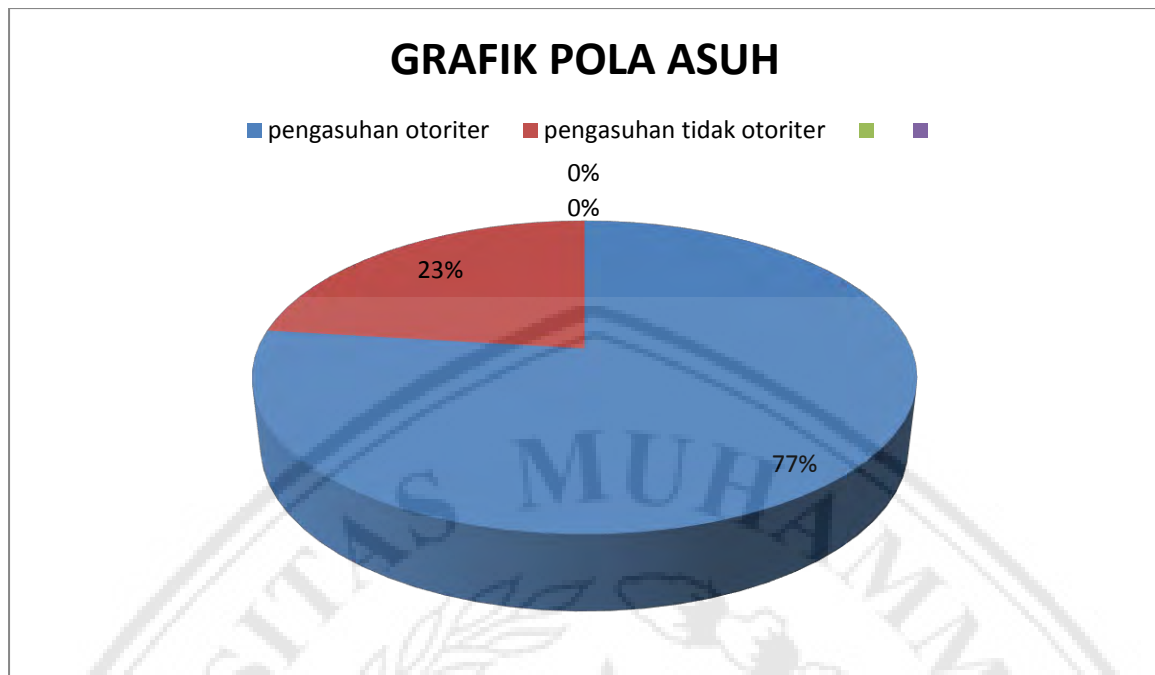


**Lampiran 2.1. Hasil *Screening*Skala Kecerdasan emosi**

No	Kategori		Jumlah	Prosentase
1	Rendah	$X < 70.6$	4	5,1%
2	Sedang	$70.6 \leq X \leq 86.4$	64	82%
3	Tinggi	$X > 86.4$	10	12,8%
<b>Total</b>			78	100%



## Lampiran 2.2. Hasil *Screening* Pola Asuh



### Lampiran 2.3. Hasil *Screening* Skala Kecerdasan Emosi

No	Nama	Item 1	Item 2	Item 3	Item 4	Item 5	Item 6	Item 7	Item 8	Item 9	Item 10	Item 11	Item 12	Item 13	Item 14	Item 15
1	DW	3	3	4	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3
2	AJ	3	3	3	3	2	1	3	3	4	2	1	3	4	3	3
3	RI	3	3	4	2	2	3	2	2	3	1	1	3	3	3	3
4	NR	3	2	4	2	2	1	2	3	2	3	2	3	2	2	2
5	AS	3	3	4	3	2	2	3	3	3	2	1	3	3	4	3
6	YS	4	2	4	2	2	4	2	3	4	3	2	2	3	4	2
7	AA	4	3	3	3	2	3	2	3	4	2	1	3	3	3	3
8	AI	3	3	3	3	2	3	3	2	4	2	2	3	3	3	3
9	PL	3	4	3	3	1	3	3	3	2	1	2	4	3	2	3
10	FS	4	3	4	3	2	4	4	3	4	2	3	4	4	3	3
11	RM	2	2	2	1	2	1	2	2	1	3	2	1	2	2	2
12	TE	4	2	4	2	1	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2
13	BT	4	2	4	3	3	2	3	3	4	1	1	3	3	4	3
14	MM	3	3	3	2	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3
15	AL	3	3	3	3	2	2	2	4	4	3	2	3	3	4	3
16	RP	3	3	4	2	1	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3
17	EA	4	3	3	3	1	3	2	3	3	2	2	1	3	3	4
18	EM	4	4	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3
19	AAH	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	4	2	2	3
20	ATV	4	3	3	2	3	3	2	3	4	3	3	2	3	3	3
21	RPS	3	3	4	2	3	3	2	3	3	4	3	3	3	4	2
22	ZS	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
23	ZA	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	4

24	YSP	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3
25	KE	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2
26	DI	3	2	4	2	1	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2
27	DSN	1	3	3	4	3	4	4	3	1	2	3	4	2	3	1
28	KF	3	3	4	3	2	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3
29	DDS	3	3	3	3	2	3	3	4	4	2	3	3	3	3	2
30	AF	3	4	3	3	3	2	3	3	3	2	1	3	3	4	3
31	DS	3	3	4	3	3	4	2	3	3	2	3	3	3	3	3
32	MB	3	3	4	3	3	2	3	3	3	1	2	3	3	4	2
33	FSW	2	3	3	4	2	3	2	4	2	2	3	3	2	2	1
34	RO	2	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	4
35	YY	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	4	3
36	NAF	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	4	4	3	3
37	EA	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3
38	PS	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	4	3	2
39	YW	4	3	4	2	3	2	3	3	3	2	1	2	3	3	3
40	SR	3	4	4	3	2	2	4	3	3	2	3	2	3	3	2
41	YS	3	3	4	3	2	4	2	3	3	2	3	2	2	4	3
42	ES	3	3	3	4	3	4	2	3	4	3	1	3	2	4	1
43	DP	4	3	3	2	4	3	2	3	2	4	3	3	4	3	3
44	BB	4	3	4	3	3	2	1	3	2	3	3	4	4	4	1
45	MF	3	4	4	4	3	2	2	2	4	3	2	4	3	4	4
46	NA	4	3	4	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3
47	RD	4	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	4	3
48	SD	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3
49	PL	3	3	4	2	2	3	3	3	1	3	2	2	3	4	3
50	RA	4	3	3	3	1	3	3	3	3	2	2	3	4	3	4
51	MW	4	4	4	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	4	3
52	RAT	4	3	4	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3

53	GD	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3
54	RT	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3
55	DT	3	3	4	3	2	3	3	2	4	3	3	3	3	3	2
56	RNY	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
57	AT	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3
58	MDT	3	3	3	3	1	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3
59	RNT	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3
60	SDN	3	4	4	2	2	4	2	3	4	2	3	3	3	3	3
61	JAR	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3
62	MFP	4	3	4	4	3	2	4	2	1	2	1	2	3	3	4
63	BK	2	3	4	3	2	1	3	3	3	1	1	4	4	2	3
64	SNI	4	3	4	2	2	3	2	3	4	1	2	3	3	3	3
65	ESA	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3
66	BDA	3	2	3	2	3	3	2	3	3	1	2	3	3	3	3
67	DTS	3	3	4	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3
68	RDW	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3
69	AF	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2
70	AN	3	3	4	3	2	3	2	3	3	2	2	1	3	3	2
71	HSS	3	3	3	3	3	1	4	4	4	2	1	1	4	4	3
72	AR	3	4	4	3	3	4	3	4	4	3	1	4	2	2	3
73	ANA	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
74	RAP	4	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3
75	MNM	3	3	3	4	1	3	3	3	4	1	2	3	3	3	3
76	KMW	2	3	4	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3
77	FAP	2	3	4	3	2	3	2	3	3	2	2	1	3	3	3
78	DSA	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	4	4	2

Item 16	Item 17	Item 18	Item 19	Item 20	Item 21	Item 22	Item 23	Item 24	Item 25	Item 26	Item 27	Item 28	Item 29	Total	Kategori
3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	82	Sedang
1	4	3	4	4	1	1	4	4	4	4	4	4	1	84	Sedang
1	1	3	4	3	3	2	2	2	3	2	3	3	4	74	Sedang
1	2	3	3	3	2	1	3	3	2	3	3	2	3	69	Rendah
3	1	3	4	3	2	1	3	3	3	4	4	4	4	84	Sedang
2	3	2	3	2	3	3	4	2	3	3	2	3	2	80	Sedang
1	1	3	3	3	2	3	2	2	4	3	4	3	3	79	Sedang
2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	80	Sedang
2	1	3	3	3	2	2	2	3	3	3	4	3	3	77	Sedang
1	3	4	3	4	3	3	2	4	4	4	3	4	3	95	Tinggi
3	2	1	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	70	Rendah
2	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	73	Sedang
1	1	3	3	2	3	1	3	4	4	3	2	3	2	78	Sedang
2	2	3	3	3	3	3	4	3	2	3	4	4	4	85	Sedang
2	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	88	Tinggi
2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	81	Sedang
1	1	2	3	3	2	1	1	3	2	2	3	3	3	70	Rendah
1	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	4	86	Tinggi
2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	84	Sedang
2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	84	Sedang
1	4	3	3	3	2	3	4	4	3	3	3	3	2	86	Tinggi
2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	84	Sedang
1	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	82	Sedang
2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	83	Sedang
2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	81	Sedang

3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	73	Sedang
3	4	4	1	1	4	4	4	4	2	2	3	3	3	83	Sedang
1	3	3	4	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	82	Sedang
2	2	3	2	2	1	2	3	4	2	3	4	3	3	80	Sedang
2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	4	3	81	Sedang
2	3	2	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	85	Sedang
3	4	3	3	2	3	4	3	3	3	3	4	2	3	85	Sedang
3	2	4	3	3	1	2	1	3	2	4	1	1	2	70	Rendah
3	1	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	77	Sedang
1	1	3	3	2	3	3	3	3	3	4	2	3	3	82	Sedang
3	3	4	3	3	2	3	3	3	4	3	4	4	4	93	Tinggi
2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	4	79	Sedang
2	2	3	3	4	2	2	3	3	2	3	3	3	4	82	Sedang
1	3	2	4	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	79	Sedang
2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	81	Sedang
2	2	2	3	3	2	2	3	3	4	2	3	3	3	80	Sedang
2	1	3	3	3	1	1	3	3	4	3	3	4	2	79	Sedang
2	2	3	3	4	2	3	2	1	3	3	4	3	4	85	Sedang
1	3	3	3	3	1	3	3	2	2	4	4	3	4	83	Sedang
3	2	2	2	4	4	1	2	4	3	3	1	3	3	85	Sedang
1	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	79	Sedang
1	2	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	82	Sedang
2	2	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	85	Sedang
1	2	3	4	3	2	1	3	4	4	3	4	3	2	80	Sedang
2	1	3	4	3	1	2	4	4	3	3	4	3	4	85	Sedang
1	2	3	3	3	3	2	4	3	3	1	3	3	3	83	Sedang
1	2	1	4	4	3	2	4	3	4	3	3	3	4	83	Sedang
2	1	4	3	3	4	4	2	3	4	4	3	3	3	84	Sedang
2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	79	Sedang

2	2	3	4	3	2	3	3	3	4	2	3	3	3	84	Sedang
2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	83	Sedang
3	2	4	3	4	3	4	3	4	3	1	3	1	3	89	Tinggi
1	2	3	1	4	2	2	3	4	4	3	3	4	3	87	Tinggi
2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	85	Sedang
3	2	3	3	1	1	2	2	3	3	3	3	4	4	82	Sedang
2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	79	Sedang
1	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	88	Tinggi
3	2	4	3	3	2	2	1	3	2	3	3	2	3	75	Sedang
1	2	1	4	4	3	1	4	4	4	3	3	3	4	83	Sedang
3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	77	Sedang
1	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	82	Sedang
2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	84	Sedang
2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	83	Sedang
3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	81	Sedang
2	3	1	3	3	2	1	3	3	3	3	3	3	2	74	Sedang
2	4	4	4	4	3	2	4	4	3	1	3	3	2	86	Tinggi
2	2	4	4	3	3	3	2	3	4	2	3	3	3	88	Tinggi
2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	85	Sedang
2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	4	3	2	76	Sedang
2	2	3	4	3	2	2	3	4	3	3	3	3	4	83	Sedang
1	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	77	Sedang
3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	76	Sedang
2	3	3	3	4	3	4	3	4	3	1	1	1	3	85	Sedang





## **Lampiran 3**

### **Data *Pre-Test* dan Data *Post-Tes***

### Lampiran 3.1. Hasil *Pre Test* Kelompok Eksperimen

No.	Nama	Item 1	Item 2	Item 3	Item 4	Item 5	Item 6	Item 7	Item 8	Item 9	Item 10	Item 11	Item 12	Item 13	Item 14
1	DW	3	3	4	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3
2	AJ	3	3	3	3	2	1	3	3	4	2	1	3	4	3
3	RI	3	3	4	2	2	3	2	2	3	1	1	3	3	3
4	NR	3	2	4	2	2	1	2	3	2	3	2	3	2	2
5	YS	4	2	4	2	2	4	2	3	4	3	2	2	3	4
6	AAW	4	3	3	3	2	3	2	3	4	2	1	3	3	3
7	AI	3	3	3	3	2	3	3	2	4	2	2	3	3	3
8	PL	3	4	3	3	1	3	3	3	2	1	2	4	3	2
9	RM	2	2	2	1	2	1	2	2	1	3	2	1	2	2
10	TE	4	2	4	2	1	2	3	3	2	2	2	3	3	3
11	BT	4	2	4	3	3	2	3	3	4	1	1	3	3	4
12	RP	3	3	4	2	1	3	3	3	3	3	2	3	3	3
13	EA	4	3	3	3	1	3	2	3	3	2	2	1	3	3
14	AAH	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	4	2	2
15	ATV	4	3	3	2	3	3	2	3	4	3	3	2	3	3
16	ZS	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
17	ZA	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3
18	YSP	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3
19	KE	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3
20	DI	3	2	4	2	1	2	3	3	2	2	3	3	3	2
21	DSN	1	3	3	4	3	4	4	3	1	2	3	4	2	3
22	KF	3	3	4	3	2	3	3	3	4	3	2	3	3	3
23	DDS	3	3	3	3	2	3	3	4	4	2	3	3	3	3
24	AF	3	4	3	3	3	2	3	3	3	2	1	3	3	4

25	DSW	3	3	4	3	3	4	2	3	3	2	3	3	3	3
26	MB	3	3	4	3	3	2	3	3	3	1	2	3	3	4
27	FSW	2	3	3	4	2	3	2	4	2	2	3	3	2	2
28	RO	2	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3
29	YYM	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	4
30	EA	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3

Item 15	Item 16	Item 17	Item 18	Item 19	Item 20	Item 21	Item 22	Item 23	Item 24	Item 25	Item 26	Item 27	Item 28	Item 29	TOTAL	kategori
3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	82	Sedang
3	1	4	3	4	4	1	1	4	4	4	4	4	4	1	84	Sedang
3	1	1	3	4	3	3	2	2	2	3	2	3	3	4	74	Sedang
2	1	2	3	3	3	2	1	3	3	2	3	3	2	3	69	Rendah
2	2	3	2	3	2	3	3	4	2	3	3	2	3	2	80	Sedang
3	1	1	3	3	3	2	3	2	2	4	3	4	3	3	79	Sedang
3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	80	Sedang
3	2	1	3	3	3	2	2	2	3	3	3	4	3	3	77	Sedang
2	3	2	1	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	70	Rendah
2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	73	Sedang
3	1	1	3	3	2	3	1	3	4	4	3	2	3	2	78	Sedang
3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	81	Sedang
4	1	1	2	3	3	2	1	1	3	2	2	3	3	3	70	Rendah
3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	84	Sedang
3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	84	Sedang
3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	84	Sedang
4	1	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	82	Sedang
3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	83	Sedang
2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	81	Sedang

2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	73	Sedang
1	3	4	4	1	1	4	4	4	4	2	2	3	3	3	83	Sedang
3	1	3	3	4	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	82	Sedang
2	2	2	3	2	2	1	2	3	4	2	3	4	3	3	80	Sedang
3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	4	3	81	Sedang
3	2	3	2	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	85	Sedang
2	3	4	3	3	2	3	4	3	3	3	3	4	2	3	85	Sedang
1	3	2	4	3	3	1	2	1	3	2	4	1	1	2	70	Rendah
4	3	1	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	77	Sedang
3	1	1	3	3	2	3	3	3	3	3	4	2	3	3	82	Sedang
3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	4	79	Sedang



### Lampiran 3.2.Hasil Post Test Kelompok Eksperimen

NO	Nama	Item 1	Item 2	Item 3	Item 4	Item 5	Item 6	Item 7	Item 8	Item 9	Item 10	Item 11	Item 12	Item 13	Item 14
1	DW	3	3	3	4	1	3	3	3	4	3	3	3	4	3
2	AJ	4	4	3	4	3	2	3	3	3	2	3	4	3	4
3	RI	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3
4	NR	2	4	4	3	2	3	3	3	4	1	3	3	4	3
5	YS	3	3	2	2	3	4	2	3	3	2	3	3	2	3
6	AAW	4	3	4	3	3	4	2	3	4	3	3	3	2	3
7	AI	3	3	3	3	2	3	2	3	4	1	1	4	4	3
8	PL	3	4	4	3	2	4	3	4	3	2	1	4	4	4
9	RM	3	3	3	3	3	4	4	3	3	2	4	4	3	3
10	TE	3	3	3	2	4	3	2	3	2	4	3	4	4	4
11	BT	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3
12	RP	4	4	4	4	2	4	4	3	4	1	1	4	4	4
13	EA	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3
14	AAH	3	3	3	2	3	3	2	3	4	2	3	4	3	3
15	ATV	4	4	4	2	1	1	3	3	2	4	4	4	3	3
16	ZS	4	3	4	3	3	3	2	3	4	3	2	3	3	3
17	ZA	3	3	4	3	2	3	3	3	4	1	4	3	3	4
18	YSP	4	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	4
19	KE	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4
20	DI	3	4	3	3	2	3	3	3	4	2	3	3	4	3
21	DSN	4	4	3	4	2	3	4	4	4	1	3	3	3	4
22	KF	3	4	4	3	2	3	3	2	4	3	3	3	4	4
23	DDS	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4
24	AF	4	3	4	3	2	2	3	4	4	3	4	3	2	2
25	DSW	3	4	3	3	3	4	3	3	3	2	2	3	3	4
26	MB	3	3	4	3	2	3	3	4	4	3	4	3	4	4

27	FSW	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3
28	RO	3	4	3	2	3	3	3	3	3	4	2	3	4	3
29	YYM	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	2	3	3	3
30	EA	3	3	4	2	4	4	3	3	4	4	4	3	4	3

Item 15	Item 16	Item 17	Item 18	Item 19	Item 20	Item 21	Item 22	Item 23	Item 24	Item 25	Item 26	Item 27	Item 28	Item 29	Total	Kategori
3	2	3	3	4	3	2	3	4	4	3	3	3	3	3	89	Tinggi
3	1	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	87	Tinggi
3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	88	Tinggi
2	2	1	3	4	4	2	3	3	4	4	3	4	3	4	88	Tinggi
2	3	4	4	4	4	2	3	4	4	3	3	3	3	4	88	Tinggi
3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	88	Tinggi
4	2	2	4	4	3	3	2	4	4	3	4	4	3	4	89	Tinggi
4	1	1	4	4	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	95	Tinggi
3	2	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	3	3	97	Tinggi
3	2	2	4	3	3	3	3	4	1	3	3	3	3	4	88	Tinggi
3	3	1	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	4	87	Tinggi
4	1	1	4	3	3	4	2	4	4	4	4	4	4	4	97	Tinggi
3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	90	Tinggi
4	3	4	3	4	4	3	2	4	4	4	3	3	3	3	92	Tinggi
3	2	3	3	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	95	Tinggi
3	1	2	4	4	3	2	2	4	4	4	4	4	4	3	91	Tinggi
3	2	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	95	Tinggi
3	1	2	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	94	Tinggi
3	3	2	2	3	3	2	3	3	4	4	3	3	4	3	91	Tinggi
3	2	2	3	4	4	1	3	3	2	4	3	4	4	3	88	Tinggi

3	2	2	3	3	3	2	3	4	3	4	3	4	2	3	90	Tinggi
3	2	3	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	93	Tinggi
4	2	1	3	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	96	Tinggi
1	4	3	4	1	4	2	3	3	3	4	4	4	4	4	91	Tinggi
3	2	3	4	3	3	2	2	2	4	4	3	4	3	2	87	Tinggi
3	2	3	4	3	1	3	3	4	4	4	4	3	3	4	95	Tinggi
3	1	2	3	3	3	2	3	3	4	4	4	3	3	3	92	Tinggi
3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	90	Tinggi
1	2	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	91	Tinggi
3	1	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	1	3	3	94	Tinggi



### Lampiran 3.3. Hasil *Pre-Test* Kelompok Kontrol

No.	Nama	Item 1	Item 2	Item 3	Item 4	Item 5	Item 6	Item 7	Item 8	Item 9	Item 10	Item 11	Item 12	Item 13	Item 14
1	SR	3	4	4	3	2	2	4	3	3	2	3	2	3	3
2	YS	3	3	4	3	2	4	2	3	3	2	3	2	2	4
3	ES	3	3	3	4	3	4	2	3	4	3	1	3	2	4
4	DP	4	3	3	2	4	3	2	3	2	4	3	3	4	3
5	BB	4	3	4	3	3	2	1	3	2	3	3	4	4	4
6	MF	3	4	4	4	3	2	2	2	4	3	2	4	3	4
7	NA	4	3	4	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3
8	RD	4	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	4
9	SDK	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2
10	PLD	3	3	4	2	2	3	3	3	1	3	2	2	3	4
11	RA	4	3	3	3	1	3	3	3	3	2	2	3	4	3
12	MW	4	4	4	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	4
13	RAT	4	3	4	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3
14	GD	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3
15	RT	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3
16	DJ	3	3	4	3	2	3	3	2	4	3	3	3	3	3
17	RNY	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3
18	SDN	3	4	4	2	2	4	2	3	4	2	3	3	3	3
19	JAR	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3
20	BK	2	3	4	3	2	1	3	3	3	1	1	4	4	2
21	SNI	4	3	4	2	2	3	2	3	4	1	2	3	3	3
22	ESA	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3
23	BDA	3	2	3	2	3	3	2	3	3	1	2	3	3	3
24	DTS	3	3	4	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3
25	RDP	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3
26	AF	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2



27	AN	3	3	4	3	2	3	2	3	3	2	2	1	3	3
28	RAP	4	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3
29	MNM	3	3	3	4	1	3	3	3	4	1	2	3	3	3
30	KMW	2	3	4	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3

Item 15	Item 16	Item 17	Item 18	Item 19	Item 20	Item 21	Item 22	Item 23	Item 24	Item 25	Item 26	Item 27	Item 28	Item 29	Total	Kategori
2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	81	Sedang
3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	4	2	3	3	3	80	Sedang
1	2	1	3	3	3	1	1	3	3	4	3	3	4	2	79	Sedang
3	2	2	3	3	4	2	3	2	1	3	3	4	3	4	85	Sedang
1	1	3	3	3	3	1	3	3	2	2	4	4	3	4	83	Sedang
4	3	2	2	2	4	4	1	2	4	3	3	1	3	3	85	Sedang
3	1	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	79	Sedang
3	1	2	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	82	Sedang
3	2	2	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	85	Sedang
3	1	2	3	4	3	2	1	3	4	4	3	4	3	2	80	Sedang
4	2	1	3	4	3	1	2	4	4	3	3	4	3	4	85	Sedang
3	1	2	3	3	3	3	2	4	3	3	1	3	3	3	83	Sedang
3	1	2	1	4	4	3	2	4	3	4	3	3	3	4	83	Sedang
3	2	1	4	3	3	4	4	2	3	4	4	3	3	3	84	Sedang
3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	79	Sedang
2	2	2	3	4	3	2	3	3	3	4	2	3	3	3	84	Sedang
3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	83	Sedang
3	3	2	3	3	1	1	2	2	3	3	3	3	4	4	82	Sedang
3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	79	Sedang
3	3	2	4	3	3	2	2	1	3	2	3	3	2	3	75	Sedang
3	1	2	1	4	4	3	1	4	4	4	3	3	3	4	83	Sedang

3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	77	Sedang
3	1	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	82	Sedang
3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	84	Sedang
3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	83	Sedang
2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	81	Sedang
2	2	3	1	3	3	2	1	3	3	3	3	3	3	2	74	Sedang
3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	4	3	2	76	Sedang
3	2	2	3	4	3	2	2	3	4	3	3	3	3	4	83	Sedang
3	1	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	77	Sedang



**Lampiran 3.4. Hasil *Post Test* Kelompok Kontrol**

NO	Nama	item_1	item_2	item_3	item_4	item_5	item_6	item_7	item_8	item_9	item_10	item_11	item_12	item_13	item_14	item_15
1	SR	2	3	3	2	2	3	2	3	4	2	3	3	3	2	3
2	YS	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3
3	ES	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3
4	DP	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3
5	BB	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3
6	MF	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
7	NA	3	2	4	2	2	2	3	3	3	3	1	3	4	4	3
8	RD	4	3	3	3	2	1	2	4	3	3	3	3	3	4	2
9	SDK	4	3	3	3	2	3	2	3	4	2	2	3	3	4	3
10	PLD	3	3	4	2	2	2	3	3	2	3	2	4	4	2	1
11	RA	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3
12	MW	4	3	3	3	3	3	3	2	2	3	4	3	3	3	3
13	RAT	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	2
14	GD	4	4	4	3	2	3	3	3	4	2	3	3	4	3	3
15	RT	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3
16	DJ	4	3	3	4	3	3	3	2	2	2	2	2	4	4	3
17	RNY	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3
18	SDN	4	3	4	3	1	4	4	3	4	1	1	4	4	4	3
19	JAR	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3
20	BK	3	4	3	2	2	3	3	3	3	1	2	3	3	3	1
21	SNI	3	3	3	2	3	4	2	3	4	3	4	4	3	3	3
22	ESA	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
23	BDA	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2
24	DTS	4	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3
25	RDP	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3
26	AF	3	3	4	3	1	4	2	3	4	4	1	4	4	3	4

27	AN	3	4	4	4	2	4	2	4	4	3	1	4	4	4	4
28	RAP	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2
29	MNM	4	3	3	3	2	3	2	3	4	2	3	3	3	3	4
30	KMW	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2

item_16	item_17	item_18	item_19	item_20	item_21	item_22	item_23	item_24	item_25	item_26	item_27	item_28	item_29	Total	Kategori
3	2	3	3	3	2	2	3	2	4	3	4	3	4	81	Sedang
2	3	4	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	83	Sedang
2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	83	Sedang
4	4	1	2	3	3	3	1	2	3	3	3	4	3	82	Sedang
3	2	3	3	3	3	2	1	3	3	3	3	3	2	78	Sedang
3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	83	Sedang
1	1	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	81	Sedang
3	2	3	4	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	81	Sedang
4	2	3	3	3	2	3	2	3	4	3	3	4	2	85	Sedang
3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	83	Sedang
2	3	3	2	2	3	3	3	3	1	2	3	3	2	79	Sedang
1	1	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	4	82	Sedang
3	3	3	4	3	3	3	4	4	1	3	3	3	3	89	Tinggi
1	3	3	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	3	94	Tinggi
2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	86	Sedang
1	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	85	Sedang
3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	84	Sedang
1	4	4	4	4	4	1	1	4	4	4	4	4	1	91	Tinggi
2	3	3	2	2	3	3	3	3	1	2	3	3	2	76	Sedang
2	2	2	3	3	2	1	2	4	4	3	4	3	4	78	Sedang
2	3	4	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	3	93	Tinggi
2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	84	Sedang

2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	79	Sedang
4	3	4	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	89	Tinggi
2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	90	Tinggi
2	2	4	4	2	3	1	3	3	3	3	4	3	4	88	Tinggi
2	2	4	4	4	3	2	2	4	4	4	4	4	4	98	Tinggi
3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	88	Tinggi
1	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	4	86	Sedang
2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	1	76	Sedang





# Lampiran 4

## Hasil Uji Asumsi

**Lampiran 4. 1. Hasil Uji mann-Whitney Data *Pre Test* Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol**

Ranks				
	kelompok	N	Mean Rank	Sum of Ranks
jumlah_skor	eksperimen	30	26,98	809,50
	kontrol	30	34,02	1020,50
	Total	60		

Test Statistics <sup>a</sup>	
	jumlah_skor
Mann-Whitney U	344,500
Wilcoxon W	809,500
Z	-1,568
Asymp. Sig. (2-tailed)	,117

a. Grouping Variable: kelompok

#### Lampiran 4.2. hasil Uji Wilcoxon Data Pre Test dan Post Test Kelompok Eksperimen

**Descriptive Statistics**

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
sebelum	30	79,07	4,927	69	85
sesudah	30	91,20	3,199	87	97

**Ranks**

	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Negative Ranks	0 <sup>a</sup>	,00	,00
Positive Ranks	30 <sup>b</sup>	15,50	465,00
Ties	0 <sup>c</sup>		
Total	30		

a. sesudah < sebelum

b. sesudah > sebelum

c. sesudah = sebelum

**Test Statistics<sup>a</sup>**

	sesudah - sebelum
Z	-4,786 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	,000

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.



### Lampiran 4.3. Hasil Uji Wilcoxon Data Pre Test dan Post Test Kelompok Kontrol

**Descriptive Statistics**

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
sebelum	30	81,20	3,112	74	85
sesudah	30	84,50	5,368	76	98

**Ranks**

	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Negative Ranks	9 <sup>a</sup>	9,28	83,50
Positive Ranks	19 <sup>b</sup>	16,97	322,50
Ties	2 <sup>c</sup>		
Total	30		

a. sesudah < sebelum

b. sesudah > sebelum

c. sesudah = sebelum

**Test Statistics<sup>a</sup>**

	sesudah - sebelum
Z	-2,729 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	,006

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

**Lampiran 4.5. Hasil Uji *Man-Whitney Pre Test* dan *Post Test* Kelompok Ekperimen dan Kelompok Kontrol.**

**Descriptive Statistics**

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
jumlah_skor	60	7,72	7,286	-6	27
kelompok	60	1,50	,504	1	2

**Ranks**

	kelompok	N	Mean Rank	Sum of Ranks
jumlah_skor	kontrol	30	19,05	571,50
	eksperimen	30	41,95	1258,50
	Total	60		

**Test Statistics<sup>a</sup>**

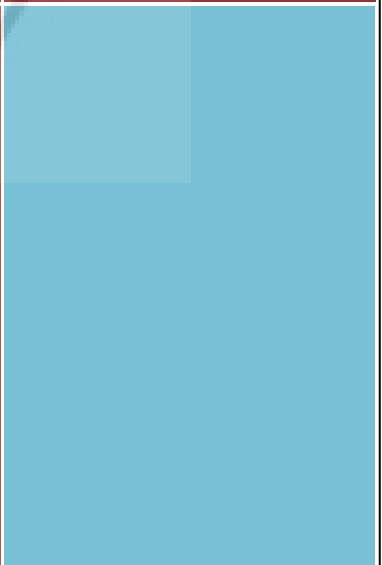
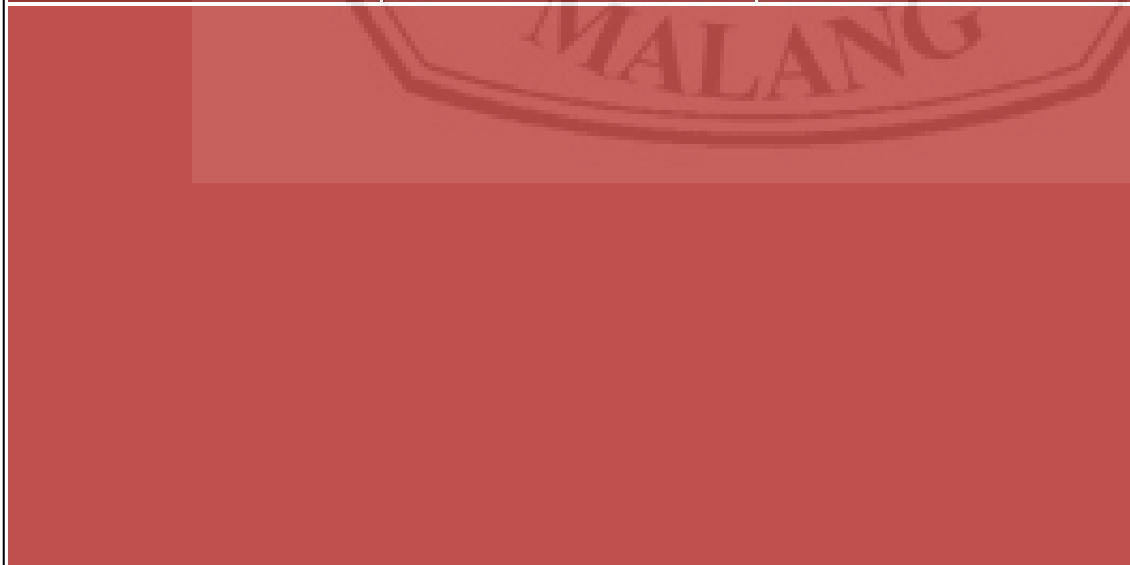
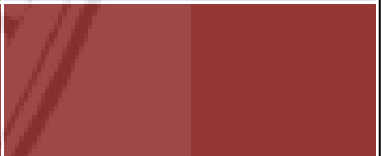
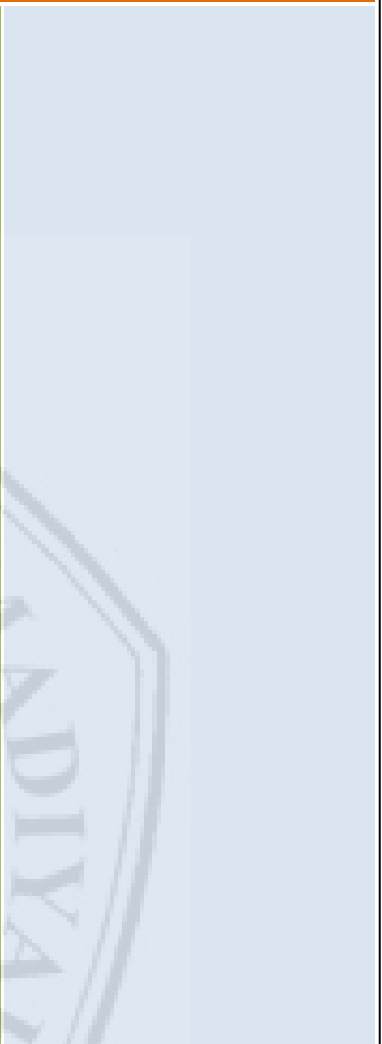
	jumlah_skor
Mann-Whitney U	106,500
Wilcoxon W	571,500
Z	-5,088
Asymp. Sig. (2-tailed)	,000

a. Grouping Variable: kelompok



# LAMPIRAN 5

## Instrumen



TOSHIBA

## A. Pendahuluan

Masa remaja merupakan masa transisi dari perkembangan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa yang terjadi secara bertahap dan berbeda antara individu satu dengan yang lainnya serta berkembang dengan penuh ketidakpastian (Sprinthall & Collins, 1995). Pada masa ini remaja mengalami perubahan dalam hal fisik, psikis maupun sosial serta mempunyai ketidakstabilan dalam hal pengaturan emosi. Banyak anak remaja dan anak dibawah umur sudah mengenal rokok, narkoba, *free sex*, tawuran, pencurian, dan terlibat banyak tindakan kriminal lainnya yang menyimpang dari norma-norma yang berlaku di masyarakat dan berurusan dengan hukum. Mappiare (1982) mengungkapkan bahwa remaja yang dapat mengontrol emosinya, akan lebih mampu menguasai emosi-emosi yang negatif, dan dapat membantu untuk menghadapi situasi yang berujung pada kebahagiaan bagi mereka. Selanjutnya Gottman (1977) mengungkapkan bahwa remaja yang dapat mengatur emosinya mereka akan menjadi lebih percaya diri dan lebih sehat secara fisik serta psikis dan cenderung akan menjadi orang yang sehat dalam hal emosi.

Penelitian yang dilakukan oleh Rey dan Extremera (2016) menunjukkan bahwa orang yang mempunyai kecerdasan emosi tinggi mereka puas dengan kehidupan mereka karena mereka selalu mengalami hal yang menyenangkan atau mempunyai emosi yang positif dan jarang mengalami emosi yang negatif. Senada dengan hasil penelitian tersebut Goleman (2001) mengungkapkan bahwa kecerdasan emosional merupakan kemampuan untuk dapat mengenali perasaan kita sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri, dan kemampuan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri serta dalam hubungan dengan orang lain. Penelitian yang dilakukan oleh Zahara (2008) menunjukkan bahwa remaja yang mengikuti kegiatan ekstra kulikuler basket dapat mengenali emosinya sendiri, mengelola emosi, memotivasi diri, mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan dengan orang lain, sehingga dapat disimpulkan bahwa subjek memiliki kecerdasan emosional yang memadai. Pada penelitian ini terlihat bahwa faktor keluarga dan pendidikan sekolah mempengaruhi kecerdasan emosional subjek. Setelah mengikuti kegiatan basket perkembangan emosional subjek menjadi lebih positif.

Selanjutnya Musbikin (2009) berpendapat bahwa mendengarkan musik dapat mengembangkan kecerdasan emosi dan inteligensi individu, karena musik memiliki irama dan nada-nada yang teratur. Hasil penelitian Herry Chunagi (1996), yang didasarkan atas teori neuron (sel konduktor pada sistem saraf), menjelaskan bahwa neuron akan menjadi sirkuit jika ada rangsangan musik, rangsangan yang berupa gerakan, elusan, suara mengakibatkan neuron yang terpisah bertautan dan mengintegrasikan diri dalam sirkuit otak. Semakin banyak rangsangan musik diberikan akan semakin kompleks jalinan antar neuron itu. Itulah sebenarnya dasar adanya kemampuan matematika, logika, bahasa, musik, dan emosi pada anak. Para ahli Neurobiologi, Gordon Shaw dan Xiaodan Lang, pada tahun 1988 melakukan percobaan mengenai pengaruh musik pada otak. Mereka mencoba pada model aktivitas otak pada komputer di University of California. Dalam stimulasi pada sel-sel saraf yaitu menggunakan cara menghubungkan satu sel dengan sel lainnya.

Hasil yang ditemukan adalah bahwa hubungan antar sel cenderung mengadopsi pola tertentu. Shaw menduga bahwa pola-pola tersebut membentuk dasar pertukaran

aktivitas mental. Selanjutnya untuk dapat mengetahui lebih lanjut, mereka melakukan perubahan pada *output* stimulasi mereka dari cetakan konvensional menjadi suara. Hasilnya, pola-pola irama yang terdengar agak mirip dengan karakteristik musik pada zaman barok Lerch (dalam Hidayat, 2011). Musik barok merupakan musik klasik barat yang digubah pada zaman baroque, yaitu antara tahun 1600-1700. Barok mempunyai arti mutiara yang tidak berbentuk. Arti tersebut menggambarkan arsitektur musik yang abstrak. O'Donnell (dalam Hidayat, 2011) mengungkapkan bahwa musik klasik pada periode barok dapat mempengaruhi denyut jantung dan laju tekanan darah menjadi santai dengan ketukan musik, tubuh menjadi rileks dan waspada, sehingga pikiran mampu lebih mudah berkonsentrasi. Musik mempunyai frekuensi dimana saat terjadi kesamaan frekuensi, individu akan merasa nyaman dan dapat belajar dengan lebih baik, pada kondisi seperti itu individu dapat dikatakan pada keadaan rileks namun waspada.

Berdasarkan hal tersebut peneliti berkeinginan untuk membuat program untuk meningkatkan kecerdasan emosi remaja. Modul ini adalah sebuah panduan yang nantinya akan digunakan dalam penyusunan mengenai kegiatan Intervensi yang akan dilakukan pada subjek untuk meningkatkan kecerdasan emosi. Intervensi yang akan dilakukan yaitu dengan memperdengarkan kepada subjek berupa iringan musik klasik barok pada remaja saat remaja sedang melaksanakan pembelajaran di kelas. Program ini merupakan program yang mudah dan sederhana sehingga dapat dilakukan tidak hanya di kelas melainkan bisa juga dilakukan di rumah.

## **B. Jenis Intervensi**

Intervensi yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah peneliti memperdengarkan iringan musik klasik jenis barok pada subjek untuk meningkatkan kecerdasan emosi subjek. Hal ini dilakukan karena musik klasik mempunyai nada yang rendah dan memiliki nada yang bervariasi yang dapat membuat penikmatnya merasa tenang menurut Satiadarma (Dalam Setyaningsih, 2009) mengatakan bahwa musik klasik barok dapat meningkatkan kecerdasan anak, menumbuhkan kreativitas anak dan dapat meningkatkan kemampuan keruangan seseorang dan dapat menurunkan stres. Menurut pendapat Merrit (Dalam Setyaningsih, 2009) musik klasik barok dapat bermanfaat untuk menurunkan stres, mendukung penyembuhan dan dapat meningkatkan daya ingat merangsang kreatifitas serta dapat menemukan aspek kepribadian yang tersembunyi. Mendengarkan musik dapat mengembangkan kecerdasan emosi dan inteligensi individu, karena musik memiliki irama dan nada-nada yang teratur.

## **C. Tujuan Intervensi**

Untuk meningkatkan kecerdasan emosi remaja. Dikarenakan remaja yang dapat mengontrol emosinya, akan lebih mampu menguasai emosi-emosi yang negatif, dan dapat membantu untuk menghadapi situasi yang berujung pada kebahagiaan bagi mereka. Maka dari itu pemberian musik klasik barok pada remaja diharapkan dapat membuat remaja dapat Berpikir secara positif dalam melakukan suatu tindakan, mampu memahami alasan dibalik timbulnya sebuah emosi dengan baik serta dapat menempatkan diri pada sudut pandang orang lain dan juga dapat menghargainya.

#### **D. Peserta atau Sasaran Intervensi**

Subjek yang akan di intervensi adalah remaja yang berusia antara 16-18 tahun yang terdiri dari laki-laki dan perempuan. Alasan pemilihan subjek karena masa remaja merupakan masa bergolak yang diwarnai oleh konflik dan perubahan suasana hati (*mood*) sehingga remaja mengalami ketidakstabilan emosi.

#### **E. Pihak yang Terlibat dalam Intervensi**

Pihak yang terlibat dalam intervensi ini adalah peneliti sebagai fasilitator. Remaja yang berusia antara 16-18 tahun sebagai sasaran intervensi, serta observer sebagai pengamat jalanya intervensi.

#### **F. Waktu dan Tempat Pelaksanaan Intervensi**

##### **1. Waktu pelaksanaan**

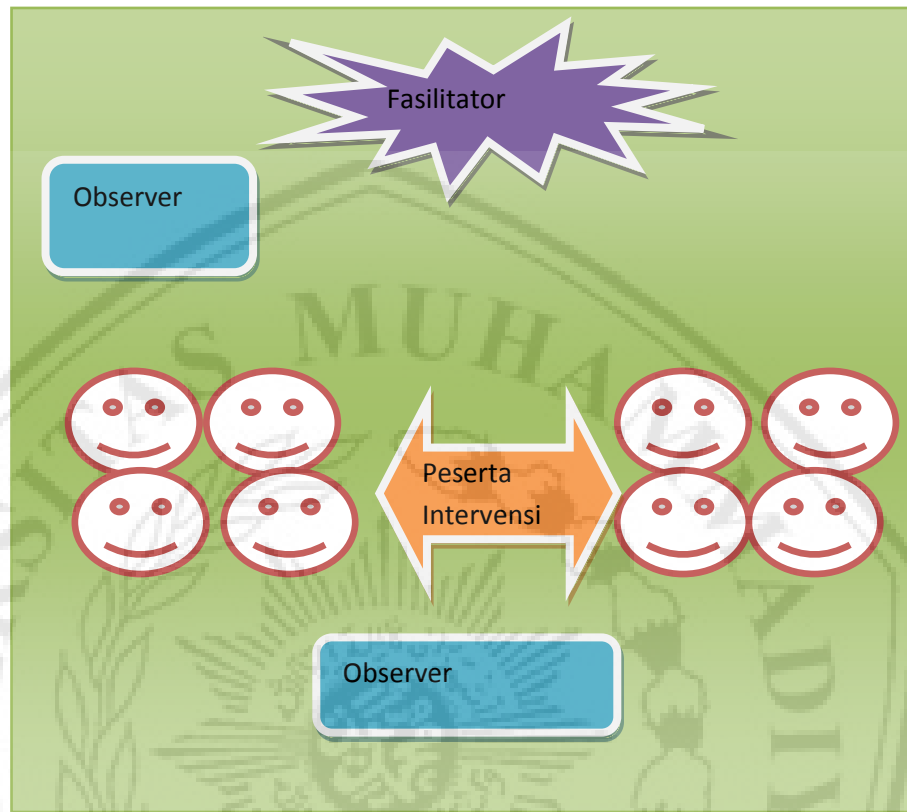
Kegiatan intervensi dilaksanakan pada saat siswa sedang mengikuti pembelajaran di kelas. Hal ini sesuai dengan kesepakatan peneliti dengan pihak sekolah. Dimana pihak-pihak tersebut memberikan izin dan kesempatan kepada intervionis untuk melaksanakan kegiatan intervensi pada saat dilaksanakan pembelajaran di kelas. Intervensi akan dilakukan kurang lebih 2 kali perlakuan . Yakni, dilakukan di kelas pada saat pembelajaran berlangsung dengan durasi waktu 20 menit.

##### **2. Tempat pelaksanaan**

Intervensi dilakukan di ruang kelas SMAN 1 Plemahan.

### G. Tata Ruang (*Setting Tempat Pelaksanaan Intervensi*)

#### Ruangan Kelas



### H. Media Intervensi

Media yang akan digunakan dalam intervensi adalah laptop, *sound system*, skala *pre-test* dan *post-test*.



## I. Tahapan Prosedur Pelaksanaan Intervensi

### 1. Deskripsi Prosedur Pelaksanaan Intervensi

No	Hari, Tanggal	Sesi	Waktu	Kegiatan
1	Senin, 13 Februari 2017	1	10 menit	Intervisionis memberikan <i>pre-test</i>
		2.	10 menit	Menyampaikan tujuan penelitian
		3.	20 menit	Memperdengarkan iringan musik klasik barok kepada subjek pada saat subjek melaksanakan pembelajaran di kelas.
2.	Kamis, 17 Februari 2017	1.	10 menit	Menyampaikan tujuan penelitian
		2.	20 menit	Memperdengarkan iringan musik klasik barok kepada subjek pada saat subjek melaksanakan pembelajaran di kelas.
3.	Jum'at, 18 Februari 2017	1.	20 menit	Melakukan <i>feed back</i> dengan mengumpulkan angket dan memberikan skala <i>post-test</i> kepada subjek.

### 2. Penjabaran Kegiatan Persesi

#### Tahap I : Persiapan

Intervisionis menyiapkan peralatan yang dibutuhkan saat pemberian perlakuan yaitu berupa musik klasik barok, *sound*, laptop dan pengkondisian ruangan pada subjek. Selanjutnya intervionis membagi subjek kedalam dua kelompok yang terdiri dari kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

#### Tahap II : Pelaksanaan

Masing-masing subjek intervensi diberikan skala kecerdasan emosi sebagai *pre-test* sebelum dilakukan perlakuan pemberian iringan musik klasik barok. Selanjutnya Intervisionis membangkitkan motivasi kepada para subjek intervensi pada kelompok eksperimen. Kemudian intervionis memberikan iringan musik klasik selama 20 menit pada subjek kelompok eksperimen pada saat mengikuti pembelajaran di kelas.

**Tahap II :** Intervisionis melakukan *feed back* dari seluruh subjek dan memberikan skala *post-test* kepada subjek.

## DAFTAR PUSTAKA

- Goleman, D. (2001). *Kecerdasan emosi untuk mencapai puncak prestasi*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Gottman, J. (1977). *Children's friendships in school settings*. In L.G. Katz (Ed.). *current topics in early childhood education*, Vol. 1, Hillsdale, NJ, McGraw-Hill.
- Hidayat, S (2011). *Pengaruh musik klasik terhadap daya tahan konsentrasi dalam belajar*. Skripsi : Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
- Mappiare. (1982). *Psikologi remaja*. Surabaya : Usaha Nasional.
- Muis, T., & Setyaningsih. (2009). *Pengaruh penerapan kombinasi musik klasik dan latihan relaksasi untuk menurunkan stres pada siswa kelas XI IPA 2 SMA Intensif Taruna Pembangunan Surabaya*. Skripsi: Psikologi Universitas Negeri Surabaya.
- Musbikin., I. (2009). *Kehebatan musik untuk mengasah kecerdasan anak: mengenal cara kerja dan pengaruh musik untuk kehebatan anak anda*. Yogyakarta: Power Books Publishing
- Rey., & Extremera. (2016). Ability emotional intelligence and life satisfaction: positive and negative affect as mediators. *Journal Personality And Individual Differences*, 102, (98-101)
- Salovey., Mayer., & Caruso. (2008). Emotional Intelligence. *Jurnal of american psychological association*, 63 (6), (503–517).
- Septiyaningtyas, R. (2014). *Pengaruh kecerdasan emosi terhadap penyesuaian sosial siswa kelas V SD Se-Gugus Puren Condong Catur Depok Sleman Yogyakarta Tahun Ajaran 2013/2014*. Skripsi: Universitas Negeri Yogyakarta
- Salovey., Mayer., & Caruso. (2008). Emotional Intelligence. *Jurnal of american psychological association*, 63 (6), (503–517)
- Zahara, A. (2008). *Kecerdasan emosional pada remaja yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga basket*. Diakses 27 Januari 2017, dari <http://www.gunadarma.ac.id/library/articles/graduate/psychology>.

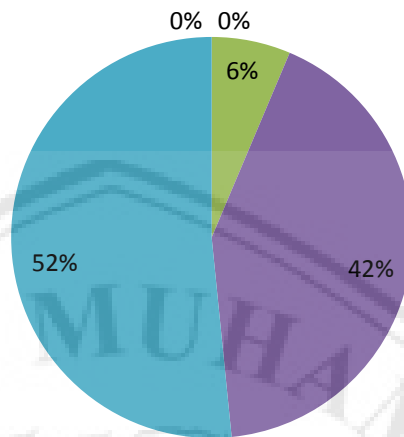
### Lampiran. 5.2 Hasil Uji Coba Modul

NO	Pernyataan	Sangat Kurang	Kurang	Cukup	Baik	Sangat Baik	Total
<b>Aspek Fisik / Tampilan</b>							
1.	Proporsional layout cover/sampul depan (tata letak teks dan gambar)			2	9	9	20
2.	Kesesuaian proporsi warna (keseimbangan warna)			2	9	9	20
3.	Tampilan gambar (pemilihan gambar)			4	8	8	20
4.	Kesesuaian pemilihan jenis font (jenis huruf dan angka)				10	10	20
5.	Kejelasan judul modul			2	9	9	20
6.	Kesesuaian pemilihan ukuran font (ukuran huruf dan angka)			1	9	10	20
7.	Kemenarikan desain cover			3	12	5	20
8.	Ukuran modul				8	12	20
9.	Sinkronisasi antar ilustrasi garfis, visual dan verbal			1	4	15	20
<b>Aspek Pendahuluan</b>							
1.	Kejelasan petunjuk belajar (petunjuk penggunaan)			3	10	7	20
2.	Kejelasan rumusan tujuan/kompetensi			0	11	9	20
3.	Kemudahan dalam persiapan pembelajaran			2	14	4	20
4.	Ketepatan penerapan strategi belajar			2	8	10	20
5.	Keterkaitan dengan modul lain				11	9	20
6.	Kelengkapan				7	13	20

	komponen pendahuluan						
<b>Aspek Pemanfaatan</b>							
1.	Kemudahan dalam penggunaan modul				8	12	20
2.	Kemudahan berinteraksi dengan modul				6	14	20
3.	Kemudahan pencarian halaman modul					20	20
4.	Kejelasan dan kesesuaian bahasa yang digunakan (bahasa komunikatif?)			3	10	7	20
5.	Ketersediaan contoh dan ilustrasi untuk memperjelas pemahaman materi				8	12	20
6.	Materi up to date/kontekstual				7	13	20
7.	Memiliki daya tarik dengan warna, gambar/ilustrasi,			3	7	10	20
Total		0	0	28	185	227	

## Hasil Uji Coba Modul

■ sangat kurang ■ kurang ■ cukup ■ baik ■ sangat baik





**FAKULTAS PSIKOLOGI**  
**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG**  
Jalan Raya Tlogomas No.246, Telp (0341) 464318 Pes. 134, Fax  
(0341) 460782, Malang

**Assalamu'alaikum Wr. Wb.**

Saya adalah mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang yang sedang melakukan penelitian untuk memenuhi skripsi saya. Oleh karena itu, saya mengharapkan bantuan dari saudara/i untuk mengisi instrumen penelitian sesuai dengan kondisi yang saudara/i rasakan. Atas ketersediaan saudara/i untuk kerjasama dalam penelitian ini, saya ucapkan terimakasih.

**Wassalamu'alaikum Wr. Wb.**

**Identitas responden**

Nama :  
Usia :  
Jenis Kelamin :

Bacalah baik-baik setiap pertanyaan berikut dan pilihlah salah satu jawaban yang sesuai dengan keadaan anda. Dengan memberi tanda centang (√) pada:

- SS** : Bila pernyataan tersebut **sangat setuju** dengan keadaan anda.  
**S** : Bila pernyataan tersebut **setuju** dengan keadaan anda.  
**TS** : Bila pernyataan tersebut **tidak setuju** dengan keadaan anda.  
**STS** : Bila pernyataan tersebut **sangat tidak setuju** dengan keadaan anda.

No	Item Pertanyaan	STS	TS	S	SS
1	Saya memahami perasaan-perasaan saya sendiri				
2	Saya mencoba memahami alasan ketika orang lain bersikap tidak menyenangkan terhadap saya				
3	Melakukan kegiatan yang bermanfaat dapat membantu saya melepaskan ketegangan				
4	Saya bisa memahami apa yang orang lain alami				
5	Saya sering tidak mengerti apa yang saya rasakan				
6	Ketika orang lain membuat saya marah, saya tidak mau tahu alasannya				
7	Saya kurang dapat memahami apa yang orang lain rasakan				

8	Saya suka memperhatikan apa yang dibutuhkan teman saat berdiskusi				
9	Ketika akan menyampaikan perasaan, saya akan memperhatikan suasana hati orang lain				
10	Kadang-kadang saya merasa sedih tanpa mengetahui penyebabnya				
11	Saya sering tidak dapat menahan diri saat marah				
12	Saya bosan apabila harus mendengarkan masalah yang diceritakan orang lain				
13	Jika marah saya akan menarik napas panjang supaya lebih tenang				
14	Saya akan segera mengatasi suatu kesulitan yang saya hadapi				
15	Teman-teman senang menceritakan permasalahannya kepada saya				
16	Saya tahu betul apa yang saya inginkan				
17	Saya mudah kecewa bila menghadapi suatu kegagalan				
18	Saya cenderung menghindar ketika orang berkeluh kesah kepada saya				
19	Saya mencoba memahami apa yang membuat orang lain tersinggung dengan ucapan saya				
20	Saya bisa menahan diri untuk tidak memarahi seseorang di depan orang banyak				
21	Saya tidak tahu harus berbuat apa ketika melihat orang lain sedih				
22	Kadang-kadang saya tidak tahu apa yang membuat saya marah				
23	Saya sulit bangkit kembali dari kegagalan yang saya alami				
24	Saya sering tidak mendengarkan pendapat-pendapat orang lain				
25	Saya memperhatikan kapan waktu yang tepat untuk menyampaikan perasaan saya kepada orang lain				
26	Jika mengalami hambatan, saya akan mengerahkan energi yang lebih banyak dari sebelumnya				
27	Saya senang untuk diajak berbagi rasa				
28	Saya memperhatikan cara menyampaikan perasaan kepada orang lain				
29	Ketika orang lain cerita saya ingin mendengarkannya lebih banyak lagi				



**FAKULTAS PSIKOLOGI**  
**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG**

Jalan Raya Tlogomas No.246, Telp (0341) 464318 Pes. 134, Fax  
(0341) 460782, Malang

**Assalamu'alaikum Wr. Wb.**

Saya adalah mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang yang sedang melakukan penelitian untuk memenuhi skripsi saya. Oleh karena itu, saya mengharapkan bantuan dari saudara/i untuk mengisi instrumen penelitian sesuai dengan kondisi yang saudara/i rasakan. Atas ketersediaan saudara/i untuk kerjasama dalam penelitian ini, saya ucapkan terimakasih.

**Wassalamu'alaikum Wr. Wb.**

**Identitas responden**

Nama :  
Usia :  
Jenis Kelamin :

Bacalah baik-baik setiap pertanyaan berikut dan pilihlah salah satu jawaban yang sesuai dengan keadaan anda. Dengan memberi tanda centang (✓) pada jawaban "IYA" jika anda setuju dengan keadaan anda dan tanda centang (✓) pada jawaban "TIDAK" jika tidak sesuai dengan keadaan anda.

NO.	PERNYATAAN	IYA	TIDAK
1.	Orang tua memiliki tuntutan yang tinggi terhadap saya.		
2.	orang tua akan menghukum saya bila tugas yang diberikan tidak selesai.		
3.	Saya dan orang tua kurang berkomunikasi dengan baik.		
4.	Saya harus mentaati perintah orang tua sepenuhnya.		
5.	Bila saya lupa mengerjakan pekerjaan rumah (PR), orang tua akan marah dan tidak membantu saya.		
6.	Apabila saya pergi mengerjakan tugas kelompok, orang tua tidak mengizinkan tanpa alasan yang jelas.		
7.	Saya harus mengerjakan perintah orang tua, meskipun pada saat yang sama saya sedang menegrejakan kesibukan lain.		
8.	orang tua memilih siapa yang berhak menjadi teman saya.		



9.	Apabila saya di rumah mengambil barang dan tidak mengembalikan ke tempat semula, maka orang tua akan marah.		
10.	Apabila saya tidak setuju dengan pendapat orang tua, saya dianggap lancang.		
11.	Apabila esok hari saya akan mengikuti tes, orang tua mengontrol jam belajar dengan ketat.		
12.	Apabila saya bertengkar dengan adik atau kakak saya, orang tua akan menyalahkan saya dan tidak mau tau alasannya.		
13.	Apabila saya mengalami kesulitan, orang tua tidak peduli.		
14.	Orang tua jarang berkomunikasi dengan saya.		
15.	Apabila saya berprestasi, orang tua saya tidak pernah memberikan pujian.		

